

DESPRE Rugăciune

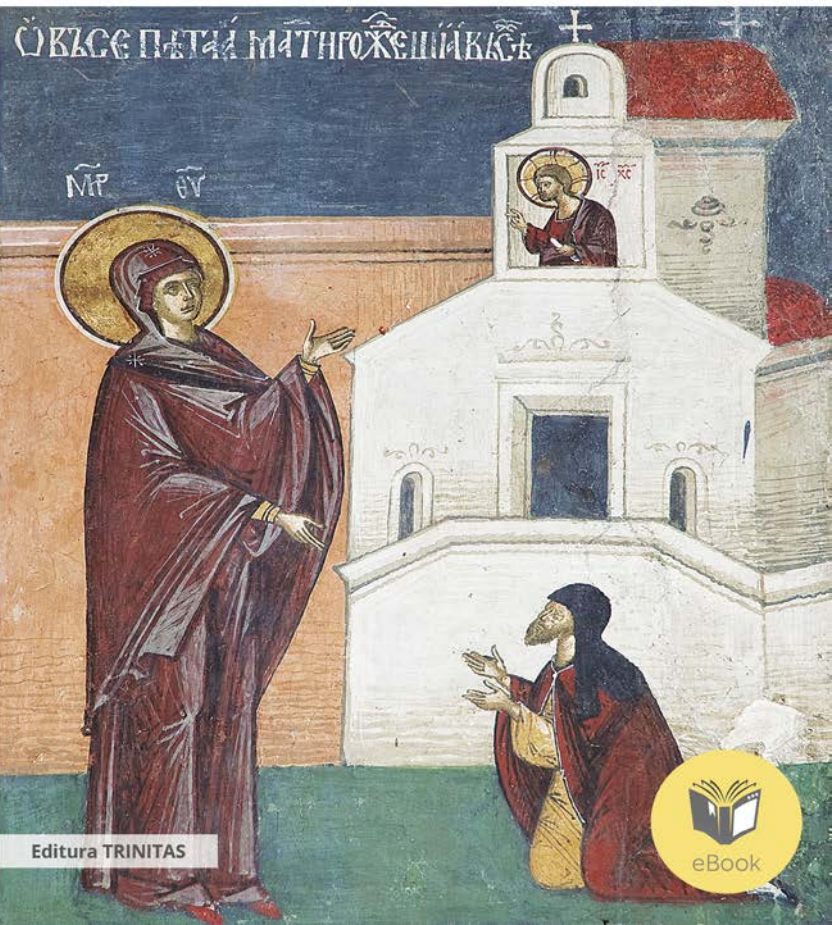
COLECȚIA
COMORILE
FILOCALIEI

Texte filocalice / Maxime / Cugetări

Traduceri de Părintele DUMITRU STĂNILOAE

Numărul:

2



Editura TRINITAS



eBook

**COLECȚIA
COMORILE
FILOCALIEI**

COLECȚIA
COMORILE
FILOCALIEI

Numărul:

2

DESPRE Rugăciune

Texte filocalice / Maxime / Cugetări

COLECȚIE PUBLICATĂ CU BINECUVÂNTAREA
PREAFERICITULUI PĂRINTE **DANIEL**
PATRIARHUL BISERICII ORTODOXE ROMÂNE

Traduceri, introducere și note de
Preot Academician DUMITRU STĂNILOAE

EDITURA **TRINITAS** A PATRIARHIEI ROMÂNE
BUCUREȘTI • 2020

COORDONATOR ȘI ÎNGRIJITOR DE COLECȚIE

Ion-Dragoș Vlădescu

REDACTOR

Mihai Salvan

CORECTOR

Alina-Ioana Roman

TEHNOREDACTOR

Lucian Florentin Miță

ILUSTRAȚIE COPERTĂ

„O, Prealăudată Maică, care ai născut pe Cuvântul, cel mai sfânt decât toți sfinții, primind acum a noastră aducere de laudă, izbăvește-ne pe toți de orice necaz și de viitoarele chinuri scapă pe cei ce-împreună strigă: Aliluia!” (Condacul 13, Imnul Acatist al Bunevestiri) – frescă de la mănăstirea Snagov (sec. XV).

Toate drepturile pentru această ediție sunt rezervate.
Reproducerea parțială sau integrală a textului sau a imaginilor
fără acordul scris al Editurii TRINITAS a Patriarhiei Române
este interzisă și se va pedepsi conform legilor în vigoare.

© Editura TRINITAS, 2020, pentru prezenta versiune (ediția digitală)

ISBN 978-973-155-188-3 (pdf)

ISSN 2668-2397

ISSN-L 2668-2397

editurilepatriarhiei.ro

editura@patriarhia.ro

“

Rugăciunea [...] ne face îngeri.

Nichita Stithatul

[Filocalia 6]

”

CUPRINS

11	Introducere Pr. Acad. Dumitru Stăniloae
I	TEXTE FILOCALICE DESPRE RUGĂCIUNE
17	Rugăciunea – hrana minții Evagrie Ponticul
47	Rugăciunea – cheia Împărăției Cerurilor Ilie Ecdicul
54	„Stăruieți în rugăciune” Sf. Grigorie Sinaitul
75	Despre rugăciune și luare-aminte Calist Angelicude
82	Rugăciunea – maica tuturor virtuților Sf. Ioan Scărarul
102	Puterea, felurile și hotarul rugăciunii Sf. Isaac Sirul
126	Răspunsuri duhovnicești Sf. Varsanufie și Ioan



- 168 **„Privegheați și vă rugați, ca să nu
intrați în ispită”**
Sf. Simeon Metafrastul
- 181 **Toți creștinii îndeobște trebuie
să se roage neîncetat**
Sf. Nicodim Aghioritul
- 191 **Rugăciuni ale Părinților filocalici**
Sf. Maxim Mărturisitorul; Sf. Isaac Sirul;
Talasie Libianul
- 199 **Rugăciunea lucrătoare a dreptului**
Sf. Maxim Mărturisitorul
- 202 **Rugăciunea de mulțumire: calea spre
înțelepciunea lui Dumnezeu**
Sf. Petru Damaschin
- 211 **Unirea rugăciunii cu toate cunoștințele**
Sf. Petru Damaschin
- 214 **Rugăciunea minții**
Teofan
- 221 **„Eu ca om am păcătit,
dar Tu ca Dumnezeu iartă-mă!”**
Sf. Isaac Sirul



II

DIN ÎNTELEPCIUNEA BĂTRÂNILOR
FILOCĂLICI

227 **Maxime și cugetări
despre Rugăciune**

275 *Note finale*

ADDENDA

Micul Catehism ortodox

- 291 *De câte feluri este rugăciunea?*
292 *Ce este rugăciunea particulară?*
292 *Ce este rugăciunea?*
293 *Pentru ce este însoțită rugăciunea de unele semne
văzute, precum semnul Sfintei Cruci, starea în
genunchi, facerea de metanii, ridicarea mâinilor și
altele?*
293 *Cum facem semnul Sfintei Cruci și ce zicem când îl
facem?*
295 *Când ne însemnăm cu Sfânta Cruce, facem oare și o
mărturisire de credință?*
296 *Ce dobândim când ne facem semnul Sfintei Cruci?*
298 *Când trebuie să facem semnul Sfintei Cruci?*
300 *Ce înseamnă rugăciunea în genunchi, prosternarea cu
fața la pământ, împreunarea mâinilor pe piept sau
ridicarea brațelor, facerea de metanii și altele?*
301 *Cum trebuie să ne rugăm: cu glas tare sau în gând?*
302 *Are vreun preț rugăciunea făcută numai cu buzele,
precum și semnele și mișcările văzute, care nu
corespund cu mișcarea inimii?*
303 *Dar rugăciunea cântată are vreun preț?*
304 *De câte feluri este rugăciunea, după cuprinsul ei?*



- 307 *Care sunt foloasele rugăciunii?*
308 *Când împlinește Dumnezeu mai repede rugăciunile noastre?*
310 *Când și pentru ce nu ne ascultă Dumnezeu rugăciunile?*
312 *Rugăciunea folosește oare la ceva celui păcătos?*
314 *Cel ce trăiește după voia lui Dumnezeu, adică cel drept, mai are nevoie de rugăciune?*
315 *Ce se întâmplă cu cel ce nu se roagă?*
315 *Cum trebuie făcută rugăciunea ca să fie bine primită de Dumnezeu?*
323 *Care este cel mai potrivit timp pentru rugăciune?*
327 *Când ne cheamă la rugăciune toaca și clopotele bisericii?*
328 *Când trebuie să mai facem rugăciuni?*
329 *În ce loc putem să ne rugăm?*
330 *Dar nu este oare vreun loc hotărât pentru rugăciune?*
331 *Dar despre singurătate, ca loc de rugăciune, ce se poate spune?*
332 *Ce trebuie să cerem de la Dumnezeu în rugăciune?*
333 *Ce se înțelege prin rugăciunea obștească sau rugăciunea Bisericii?*
334 *Care sunt foloasele acestui fel de rugăciune?*
335 *Ce este biserica, privită ca locaș de rugăciune?*
336 *Care sunt începuturile rugăciunii obștești?*
337 *Pe ce vreme se adunau creștinii la rugăciunea Bisericii în timpul prigoanelor și cu ce luminau locașurile de rugăciune?*
339 *După ce au încetat prigoanele și Biserica a dobândit pacea, unde s-a slujit Sfânta Liturghie?*

340 **Locuri scripturistice
despre Rugăciune**

INTRODUCERE¹

„Rugați-vă unii pentru alții” (Iacob 5, 16)

Cartea Sfântă ține în mare cinste rugăciunea. Pe fiecare pagină vorbește despre puterea și roadele rugăciunii. În rugăciune se înfăptuiește legătura omului credincios cu Dumnezeu. Pentru omul care se află în starea de rugăciune, Dumnezeu nu mai e doar o temă de gândire, ci o realitate prezentă în fața lui. Creștinul în momentele de rugăciune nu este singur, chiar dacă nu e cu nimeni dintre oameni în legătură, ci vorbește cu Dumnezeu, mai bine-zis, este în dialog cu Dumnezeu, căci nu numai el vorbește către Dumnezeu, ci și Dumnezeu vorbește către el, răspunzând cu făgăduințele, cu asigurările și cu mângâierile Lui la cererile celui ce se roagă, la grijiile și la durerile acestuia.

De aceea, din rugăciune îi vine celui ce se roagă liniște, răbdare, nădejde și înseninare, oricare ar fi necazurile

¹ Text extras din Pr. Dumitru STĂNILOAE, „La Duminica a IV-a după Rusalii”, în: *Glasul Bisericii*, 31 (1972), 5-6, pp. 507-509.



care îl învăluie; îi vine răbdare în a suporta greutatea și putere de a stăruie în efortul pentru învingerea lor. Prin rugăciune, puterea lui Dumnezeu, cu care omul se află în convorbire, se comunică acestuia.

Căci, de cele mai multe ori, omul credincios nu se roagă numai pentru sine, ci și pentru alții. Chiar când se roagă pentru sine, se roagă să fie folositor altora. La rândul ei, grija de alții în rugăciunea lui, dragostea de alții dau un plus de putere celui ce se roagă, fac ca rugăciunea lui să fie și mai caldă.

Despre puterea deosebită a rugăciunii făcută pentru alții, a spus cuvinte pline de un bogat și adevărat conținut Sfântul Apostol Iacob, în epistola lui: „*Rugați-vă unul pentru altul, ca să vă vindecați, că multă putere are rugăciunea dreptului în lucrarea ei*” (Iacov 5, 16).

Dumnezeu, care a creat și susține prin suflet viața și organizarea trupului, își comunică puterea întăritoare și susținătoare a sufletului și, prin acesta, puterea de susținere și refacere a organizării echilibrate a trupului, prin firul rugăciunii. Prin acest fir, se înfăptuiește transfuzia de putere de la Dumnezeu la sufletul și trupul nostru. Dumnezeu poate aduce astfel, prin rugăciune, o îndreptare sau o întărire în starea tulburată sau slăbită a trupului, făcând ca substanțele infuzate în el ca medicamente să se încadreze deplin în organismul trupului și să-i refacă echilibrul tulburat, sau să



restabilească acest echilibru chiar când substanțele medicale infuzate se dovedesc fără efect. De câte ori nu ne spun medicii: trebuie să-ți menții curajul, trebuie să fii optimist, să ai încredere, trebuie să te ferești de supărări, nu te lăsa deprimat de insuccese, de piedicile ce ți se pun de cei ce nu-ți vor binele, de durata bolii. Fără aceasta, medicamentele nu-ți pot fi de mare folos.

Dar când poate câștiga credinciosul mai multă încredere decât atunci când simte, prin rugăciune, că e în comuniune cu Dumnezeu?

Sfântul Apostol Iacob spune direct că, prin rugăciune, nu ne vindecăm numai pe noi înșine, ci și unii pe alții. Aceasta pentru că rugăciunea făcută pentru alții, când e însuflețită de o mare grijă iubitoare față de ei, este mai puternică decât rugăciunea pentru noi înșine. Rugăciunea aceasta e plină de forță și de efect, spune Sfântul Apostol Iacob. Dacă rugăciunea, în general, nu e o simplă înșirare de cuvinte, ci e plină de putere, cu atât mai mult rugăciunea pentru alții poartă în ea putere, poartă puterea ființei noastre, mobilizată și sporită de puterea lui Dumnezeu, spre cei pentru care o facem.

Gândul și cuvântul nostru bun îndreptat spre altul îi duce acelaia putere, căci noi nu suntem separați unul de altul în planul nevăzut, atunci când suntem legați prin iubire. Cu atât mai mult îi duce acelaia putere gândul și cuvântul nostru, când e gând și cuvânt de



rugăciune, când îl prindem și pe acela în legătura noastră cu Dumnezeu. Atunci, de la noi la el curge nu numai puterea ființei noastre, ci și puterea lui Dumnezeu care e în noi prin rugăciune.

În rugăciunile ce le facem unii pentru alții nu ne unim numai cu Dumnezeu, ci și unii cu alții în Dumnezeu. Puterea lui Dumnezeu circulă atunci în noi. Așa circulă puterea lui Dumnezeu în noi toți care ne rugăm împreună și unii pentru alții în vremea Sfintei Liturghii. Și, prin însuși acest fapt, rugăciunea este o valoare și o mângâiere prin ea însăși. E o bucurie și o mângâiere să putem zice unii către alții ceea ce a spus Sfântul Apostol Pavel: „*Sunteți în inimile noastre, ca împreună să murim și împreună să trăim*” (2 Corinteni 7, 3). Propriu-zis, cei ce au pe alții în inima lor și, prin aceasta, îl au pe Dumnezeu Însuși nu mai mor, sau, chiar dacă mor, ei sunt vii în vecii vecilor. Și aceasta este Biserica ca unitate în Dumnezeu: prezența unora în inimile celorlalți. Această unitate e înfăptuită și trăită mai ales în rugăciunile unora pentru alții.

Dă-ne, Doamne, duhul acestei rugăciuni în toată vremea, căci, odată cu aceasta, avem unirea cu Tine și cu ceilalți, avem viața care nu se sfârșește. Căci viața e una cu dragostea și dragostea în veci nu piere. Dă-ne să Te lăudăm cu o gură și cu o inimă, adică în deplina unitate a dragostei neîncetate și veșnice. Amin.

**Preot Academician
DUMITRU STĂNILOAE**

|

TEXTE FILOCALICE

Despre Rugăciune

RUGĂCIUNEA – HRANA MINȚII

*Cuvânt despre rugăciune, împărțit în 153 de capete.*¹ *Cuvânt înainte*²

Arzând eu în flacăra patimilor necurate, m-ai întărit adesea prin trimiterea scrisorilor tale de Dumnezeu iubitoare, mângâindu-mi mintea muncită de cele mai rușinoase gânduri și imitând astfel, în chip fericit, pe marele învățător și dascăl. Și nu e de mirare. Pentru că totdeauna partea ta au fost cele de cinste, ca și a binecuvântatului Iacob. Căci slujind bine pentru

¹ Extras din EVAGRIE PONTICUL, *Cuvânt despre rugăciune, împărțit în 153 de capete*, în: *Filocalia*, 1, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 96-118. [n.ed.]

² În *Filocalia* greacă e pus între scrierile lui Nil Sinaitul; de asemenea, în PG 79, 1165-1200. Dar este al lui Evagrie. Vezi Marcel VILLER, SJ, Karl RAHNER, SJ, *Aszese und Mystik in der Väterzeit*, Fr. i. Br., Herder, 1939, p. 171.



Rahila, și primind pe Lia, ceri și pe cea dorită, întrucât ai împlinit și cei șapte ani ai acesteia (*Facerea* 29, 23-28). Iar eu nu tăgăduiesc că, ostenindu-mă toată noaptea, n-am prins nimic; totuși aruncând mrejele după cuvântul tău, am prins mulțime de pești, nu știu dacă mari, dar în orice caz 153 la număr. Pe aceștia ți-i trimit în micul coș al dragostei, ca tot atâtea capete, împlinindu-ți porunca.

Dar te admir și-ți fericesc foarte gândul minunat de-a dori să ai *Capetele rugăciunii*. Căci știu că nu le iubești simplu numai pe cele ce le ai în mână și sunt scrise cu cerneală pe hârtie, ci și pe cele împlântate în minte, prin dragoste și nepomenire de rău. De aceea, dat fiind faptul că toate sunt îndoite, una sporind pe cealaltă, după înțeleptul Isus (*Înțelepciunea lui Iisus Sirah* 42, 25), primește-le nu numai în scrisoare, ci și în duh, întrucât oricărei scrisori îi premerge înțelesul. Căci dacă nu e acesta, nici scrisoarea nu va fi. Prin urmare, **îndoit este și felul rugăciunii**. Unul este practic, iar altul contemplativ. La fel și numărul are două laturi. Una pe care poți pune mâna, și aceasta este cantitatea, iar alta este înțelesul lui sau calitatea.

Astfel împărțind *Cuvântul despre rugăciune* în 153 de capete, ți-am trimis o merinde evanghelică spre a avea plăcerea unui număr simbolic, și o figură de triunghi, și de șaseunghi, care indică, pe de o parte,



cunoștința cucernică a Treimii, iar pe de alta, înțelesul acestei lumi³.

Dar și numărul o sută, luat în sine, este un patruunghi⁴, iar cincizeci și trei este un triunghi și o sferă. Căci douăzeci și opt este un triunghi⁵, iar douăzeci și cinci, o sferă, fiindcă douăzeci și cinci e alcătuit din cinci ori cinci. Prin urmare, ai figura în patru unghiuri simbolizând pătrimea virtuților, iar pe de altă parte, cunoștința înțeleaptă a veacului acestuia, simbolizată de numărul douăzeci și cinci, care închipuie forma de sferă a timpurilor. Căci săptămână se mișcă după săptămână și lună după lună, și timpul se deapănă în cerc, an după an, cum vedem în mișcarea soarelui, a lunii, a primăverii, a verii și a celorlalte. Iar triunghiul înseamnă cunoștința Sfintei Treimi. Privind însă și altfel numărul o sută cincizeci și trei, ca trei cifre, se poate înțelege că e triunghiul cunoștinței practice, naturale și teologice, sau credința, nădejdea și dragostea; sau aurul, argintul și pietrele scumpe.

Numărul înseamnă acestea. Iar cuprinsul smerit al Capetelor nu-l vei ocări, știind să fii și sătul, și flămând

³ Numărul 153 se compune din: 3 = treiunghi; 1+5 = șaseunghi, care ar simboliza lumea temporală prin ciclul celor șase zile de muncă ale săptămânii.

⁴ 100 = 4 x 25.

⁵ Probabil pentru numărul 3, care trece peste 25.



(Filipeni 4, 12) și amintindu-ți de Cel ce n-a trecut cu vederea cei doi bani ai văduvei, ci l-a primit mai bucuros ca bogăția multora. Prin urmare, primind acest rod al bunăvoinței, iubirii și dragostei, păzește-l între frații tăi adevărați, poruncindu-le să se roage pentru cel bolnav, ca să se facă sănătos și, luându-și patul, să umble prin harul lui Hristos. Amin.

[1] Dacă ar vrea cineva să pregătească tămâie mirositoare, va amesteca după rânduială în chip egal rășină străvezie de Liban, casia, onixul și stactia. Acestea sunt pătrimea virtuților. Dacă sunt depline și egale, mintea nu va fi vândută.

[2] Sufletul curățit prin plinătatea virtuților face rânduiala minții neclintită și destoinică să primească starea căutată.

[3] **Rugăciunea este vorbirea minții cu Dumnezeu.** De ce stare are așadar nevoie mintea ca să poată să se întindă, fără să se uite îndărăt, dincolo de sine, până la Stăpânul ei, și să stea de vorbă cu El fără mijlocirea nimănui?

[4] Când Moise încearcă să se apropie de rugul arzător, e împiedicat până nu dezleagă încălțămintea picioarelor (*Ieșirea* 3, 5). Cum nu te vei dezlega și tu de orice



cuget pătimaș dacă vrei să vezi pe Cel mai presus de orice simțire și înțelegere și să vorbești cu El?

[5] **Mai întâi roagă-te pentru dobândirea lacrimilor, ca prin plâns să înmoi sălbăticia ce se află în sufletul tău;** și după ce vei fi mărturisit astfel împotriva ta fărădelegile tale înaintea Domnului (*Psalmii* 31, 5), să primești iertare de la El.

[6] Folosește-te de lacrimi pentru a dobândi împlinirea oricărei cereri. Căci foarte mult Se bucură Stăpânul când te rogi cu lacrimi.

[7] **Dacă verși izvoare de lacrimi în rugăciunea ta, să nu te înalți întru tine ca și cum ai fi mai presus de mulți.** Căci rugăciunea ta a primit ajutor ca să poți răscumpăra cu dragă inimă păcatele tale și să îmblânzești pe Stăpânul prin lacrimi. Deci să nu întorci spre patimă înlăturarea patimilor, ca să nu mânii și mai mult pe Cel ce ți-a dăruit harul.

[8] Mulți, plângând pentru păcate, uită de scopul lacrimilor; și așa, pierzându-și mintea, au rătăcit.

[9] Stai cu încordare și te roagă cu osârdie și ocolește grijile și gândurile, căci ele te tulbură și te neliniștesc ca să te scoată din tăria rugăciunii.

[10] Când te văd dracii râvnind cu adevărat la rugăciune, îți strecoară gândurile unor lucruri așa-zis



trebuincioase; și, după puțină vreme, îți fură amintirea lor ca, mișcându-ți-se mintea spre căutarea lor și neaflându-le, să se descurajeze și să se întristeze foarte. Apoi, când revine iarăși în rugăciune, îi aduce aminte cele căutate și cele amintite mai înainte pentru ca mintea, căutând să le ia la cunoștință, să piardă rugăciunea care aduce roade.

[11] **Luptă-te să-ți ții mintea în vremea rugăciunii surdă și mută, și te vei putea ruga.**

[12] Când te va întâmpina o ispită, sau te va ațâța o împotrivire, ca să-ți miști mânia spre cel ce-ți stă împotrivă, sau să spui vreo vorbă goală, adu-ți aminte de rugăciune și de porunca dumnezeiască privitor la ea, și îndată se va liniști mișcarea fără rânduială din tine.

[13] Toate câte le vei face pentru a te răzbuna pe fratele care te-a nedreptățit îți vor fi spre sminteală în vremea rugăciunii.

[14] **Rugăciunea este vlăstarul blândeții și al lipsei de mânie.**

[15] **Rugăciunea este rodul bucuriei și al mulțumirii.**

[16] **Rugăciunea este alungarea întristării și a descurajării.**

[17] Plecând, vinde-ți averile și le dă săracilor (*Matei* 19, 21; *Marcu* 10, 21) și, luându-ți crucea, leapădă-te



de tine (*Matei 16, 24; Luca 9, 23*) ca să poți să te rogi neîmprăștiat.

[18] Dacă vrei să te rogi în chip vrednic de laudă, leapădă-te de tine în tot ceasul și, suferind nenumărate răutăți, nevoiește-te pentru rugăciune.

[19] Necazul pe care îl rabzi cu bună înțelegere te va face să-i afli rodul în vremea rugăciunii.

[20] Dorind să te rogi cum trebuie, să nu întristezi vreun suflet; iar de nu, în deșert alergi.

[21] Lasă-ți darul tău, zice, înaintea altarului și, plecând, împacă-te mai întâi cu fratele tău, și apoi, venind, te vei ruga netulburat (*Matei 5, 23*). Căci **amintirea răului înnegrește cugetul celui ce se roagă și întunecă rugăciunile lui.**

[22] Cei ce își îngrămădesc supărări și pomeniri de rău sunt asemenea celor ce scot apă și o toarnă într-un vas fără fund.

[23] Dacă ești răbdător, pururea te vei ruga cu bucurie.

[24] Rugându-te tu cum trebuie, ți se vor întâmpla astfel de lucruri, încât să ți se pară că ai dreptate să te folosești de mânie. Dar nu este nicio mânie dreaptă împotriva aproapelui. Căci de vei căuta, vei afla că este cu putință să rânduiești lucrul bine și fără mânie. Deci, folosește-te de tot meșteșugul ca să nu izbucnești în mânie.



[25] Vezi ca nu cumva părănd că vindeci pe altul să fii tu însuși netămăduit și să împiedici rugăciunea ta.

[26] Fugind de mânie vei afla cruțare, și te vei dovedi înțelept, și vei fi între cei ce se roagă.

[27] Înmâindu-te împotriva mâniei nu vei suferi nicio-dată pofta, căci aceasta dă mâncare mâniei; iar mânia tulbură ochiul minții, întinând **starea rugăciunii**.

[28] Nu te ruga împlinind numai formele din afară, ci **îndeamnă-ți mintea spre simțirea rugăciunii** duhovnicești cu multă frică.

[29] Uneori stând la rugăciune te vei ruga dintr-odată bine; alteori, chiar ostenindu-te foarte, nu vei ajunge la țintă, ca să ceri și mai mult și, primind, să ai un câștig care nu-ți mai poate fi răpit.

[30] Apropiindu-se îngerul, se depărtează grămadă toți cei ce ne tulbură, și mintea se află în multă odihnă rugându-se curat. Alteori, amenințându-ne obișnuitul război, mintea se luptă, și nu poate să se liniștească deoarece s-a amestecat mai înainte cu felurite patimi. Totuși cerând și mai mult, va afla. Căci „celui ce bate i se va deschide” (*Matei 7, 7; Luca 11, 9*).

[31] Nu te ruga să se facă voile tale, căci acestea nu se acoperă întrutotul cu voia lui Dumnezeu (*Matei 6, 10*); ci roagă-te mai bine precum ai fost învățat,



zicând: „Facă-se voia Ta” în mine. Și în tot lucrul așa să-L rogi, ca să se facă voia Lui. Căci El voiește ceea ce e bine și folositor sufletului tău. Dar tu nu ceri totdeauna aceasta.

[32] De multe ori rugându-mă am cerut să mi se împlinească ceea ce am socotit eu că e bine, și am stăruit în cerere, silind fără judecată voia lui Dumnezeu; nu l-am lăsat Lui ca să rânduiască mai bine aceea ce știa că este de folos. Iar primind, m-am scârbit pe urmă foarte că n-am cerut mai bine să se facă voia lui Dumnezeu. Căci lucrul nu mi-a folosit așa cum credeam.

[33] Ce este binele dacă nu Dumnezeu? Așadar, să-l lăsăm Lui toate cele ce ne privesc, și ne va fi bine. Căci Cel ce e bun, desigur că e și Dătătorul darurilor bune.

[34] Nu te îndurera dacă nu capeți îndată de la Dumnezeu ceea ce ceri. Căci vrea să-ți facă și mai mult bine lăsându-te să stăruie către El în rugăciune. Fiindcă ce e mai presus ca a vorbi cu Dumnezeu și a fi răpit la împreună-petrecere cu El?

[35] Rugăciunea neîmprăștiată este o înțelegere supremă a minții.

[36] Rugăciunea este urcușul minții spre Dumnezeu.

[37] Dacă dorești să te rogi, leapădă-te de toate ca să moștenești totul.



[38] Roagă-te mai întâi să te curățești de patimi; al doilea, să te izbăvești de neștiință și de uitare; al treilea, de toată ispita și părăsirea.

[39] Cere în rugăciune numai dreptatea și Împărăția, adică virtutea și cunoștința, și toate celelalte se vor adăuga ție.

[40] E cu dreptate să te rogi nu numai pentru curăția ta, ci și pentru a oricărui semen, ca să imiți chipul Îngeresc.

[41] Vezi dacă te-ai înfățișat cu adevărat înaintea lui Dumnezeu în rugăciunea ta sau ești biruit de lauda omenească, și pe aceasta te silești să o vânezi folosindu-te de chipul rugăciunii ca de o acoperitoare.

[42] Fie că te rogi cu frații, fie singur, străduiește-te să te rogi nu din obișnuință, ci cu simțirea.

[43] Simțirea rugăciunii este adunarea cugetului, împreunat cu evlavie, cu străpungerea inimii, cu durerea sufletului, cu mărturisirea greșalelor, cu suspine nevăzute.

[44] Dacă mintea ta mai e furată în vremea rugăciunii, încă n-a cunoscut că se roagă un monah, ci ești încă un mirean care înfrumusețează cortul din afară.

[45] Rugându-te, păzește-ți cu putere memoria, ca să nu-ți pună înaintea ale sale, ci mișcă-te pe tine spre



gândul înfățișării tale la judecată. Căci de obicei mintea e mult răpită de memorie în vremea rugăciunii.

[46] Amintirea îți aduce în vremea rugăciunii sau închipiri de ale lucrurilor de odinioară, sau griji noi, sau fața celui ce te-a supărat. **Diavolul pizmuiește foarte tare pe omul care se roagă și se folosește de tot meșteșugul ca să-i întineze scopul.** El nu încetează, prin urmare, să pună în mișcare chipurile lucrurilor prin amintire și să răscolească toate patimile prin trup, ca să-l poată împiedica din drumul său cel mai bun și din călătoria către Dumnezeu.

[47] Când diavolul cel prea viclean, făcând multe, nu poate împiedica **rugăciunea dreptului**, o lasă pentru puțină vreme mai domol și pe urmă îl războiește iarăși pe cel ce se roagă. Căci fie că-l aprinde pe acesta spre mânie, și așa strică starea lui cea bună dobândită prin rugăciune, fie că-l ațâță la plăcere pătimasă, și așa îi pângărește mintea.

[48] După ce te-ai rugat cum trebuie, așteaptă cele ce nu trebuie și stai bărbătește păzind rodul tău. Căci spre aceasta ai fost rânduit dintru început, ca să lucrezi și să păstrezi. Așadar, după ce-ai lucrat, nu cumva să lași nepăzit ceea ce ai făcut. Iar de nu, n-ai folosit nimic rugându-te.



[49] Tot războiul ce se aprinde între noi și dracii necurați nu se poartă pentru altceva decât pentru rugăciunea duhovnicească. Căci lor le este foarte potrivnică și urâtă, iar nouă, foarte mântuitoare și plăcută.

[50] Ce vor dracii să lucreze în noi? Lăcomia pântecelui, curvia, iubirea de argint, mânia, ținerea minte a răului și celelalte patimi, ca, îngroșându-se mintea prin ele, să nu se poată ruga cum trebuie. Căci stârnindu-se patimile părții neraționale, nu o lasă să se miște cu bună judecată.

[51] Cultivăm virtuțile pentru rațiunile făpturilor, și pe acestea le căutăm pentru Rațiunea care le-a dat ființă. Iar aceasta obișnuiește să se descopere în starea de rugăciune.

[52] Starea de rugăciune este o dispoziție nepătimașă, câștigată prin deprindere, care răpește mintea înțeleaptă spre înălțimea spirituală, prin dragoste desăvârșită.

[53] Cel ce vrea să se roage cu adevărat trebuie nu numai să-și stăpânească mânia și pofta, ci trebuie să ajungă și afară de orice înțeles pătimăș.

[54] Cel ce iubește pe Dumnezeu stă de vorbă cu El de-a pururi, cum ar sta cu un tată, alungând orice înțeles pătimăș.



[55] Cel ce a atins nepătimirea încă nu se și roagă cu adevărat. Căci poate să urmărească niscai cugetări simple, și să fie răpit de istoriile lor, și să fie departe de Dumnezeu.

[56] **Când mintea zăbovește în ideile simple ale lucrurilor, încă nu a ajuns la locul rugăciunii.** Căci poate să se afle neconținut în contemplația lucrurilor și să flecărească despre înțeleșurile lor, care, deși sunt idei simple, dar exprimând vederi de-ale lucrurilor, dau minții forma și chipul lor și o duc departe de Dumnezeu.

[57] Până ce mintea nu s-a ridicat mai presus de contemplarea firii trupești, încă n-a privit locul lui Dumnezeu. Căci poate să se afle în cunoștința celor inteligibile, și să se facă felurită, ca ele.

[58] **Dacă vrei să te rogi, ai trebuință de Dumnezeu, Care dă rugăciune celui ce se roagă.** Prin urmare, cheamă-L pe El, zicând: „Sfințească-se numele Tău, vie împărăția Ta” (Matei 6, 9-10; Luca 11, 2), adică Duhul Sfânt și Fiul Tău, Cel Unul-Născut. Căci așa ne-a învățat, zicând: „în Duh și în Adevăr se cade să ne închinăm Tatălui” (Ioan 4, 23).

[59] Cel ce se roagă în Duh și în Adevăr nu-L mai preamărește pe Ziditor din făpturi, ci-L preamărește din El Însuși.



[60] Dacă ești teolog (dacă te ocupi cu contemplarea lui Dumnezeu), roagă-te cu adevărat; și dacă te rogi cu adevărat, ești teolog.

[61] Când mintea ta, cuprinsă de mult dor către Dumnezeu, pleacă oarecum câte puțin din trup și se depărtează de toate gândurile, care vin din simțire, din amintire sau din starea umorală, umplându-se de evlavie și de bucurie, atunci socotește că te-ai apropiat de **hotarele rugăciunii**.

[62] Duhul Sfânt, pătimind împreună cu noi de slăbiciunea noastră, ne cercetează și când suntem necurați. Și dacă află numai că mintea noastră l se roagă cu dragoste de adevăr, Se sălășluiește în ea și alungă toată ceata de gânduri și de înțeleșuri care o împrejmuiesc, îndemnând-o spre **dragostea rugăciunii duhovnicești**.

[63] Ceilalți strecoară în minte gânduri, sau înțeleșuri, sau vederi prin schimbări în starea trupului. Iar Domnul lucrează dimpotrivă: coborându-Se în mintea înșăși, așază în ea cunoștința celor ce le vrea, și prin minte liniștește neînfrânarea trupului.

[64] Cel ce se mânie și ține minte răul, oricât ar iubi rugăciunea, nu este afară de învinuire. Căci este asemenea celui ce vrea să aibă vederea ageră, dar își tulbură ochii.



[65] Dacă dorești să te rogi, nu face nimic din cele ce se împotrivesc rugăciunii, ca Dumnezeu, apropiindu-Se, să călătorească împreună cu tine.

[66] Rugându-te, să nu dai vreun chip lui Dumnezeu în tine, nici să nu îngădui minții tale să se modeleze după vreo formă, ci apropie-te în chip nematerial de Cel nematerial, și vei înțelege.

[67] Păzește-te de cursele celor potrivnici. Căci se întâmplă ca, în vreme ce te rogi curat și netulburat, să ți se înfățișeze deodată înaintea vreun chip străin și ciudat, ca să te ducă la părerea că Dumnezeu este acolo și să te înduplece să crezi că Dumnezeirea este câtimea ce ți s-a descoperit ție deodată. Dar Dumnezeirea nu este câtime și nu are chip.

[68] Când pizmașul diavol nu poate mișca memoria în vremea rugăciunii, atunci silește starea umorală a trupului să aducă vreo nălucire ciudată înaintea minții și să o facă pe aceasta să primească o anumită formă. Iar mintea, având obiceiul să petreacă în cugetări, ușor se încovoiaie. Și astfel cel ce se silește spre cunoștința nematerială și fără formă e amăgit, apucând fum în loc de lumină.

[69] Stai la straja ta, păzindu-ți mintea de cugetări în vremea rugăciunii, pentru a-ți îndeplini rugăciunea și a petrece în liniștea ei. Fă așa pentru ca Cel ce



pătimește împreună cu cei neștiutori să te cerceteze și pe tine, și atunci vei primi **darul atotstrălucitor al rugăciunii**.

[70] Nu vei putea să te rogi cu curăție până ce vei fi împletit cu lucruri materiale și tulburat de griji neconținute. Căci **rugăciunea este lepădarea gândurilor**.

[71] Nu poate cel legat să alerge, nici mintea ce slujește patimilor nu poate vedea locul rugăciunii duhovnicești. Căci este trasă și purtată de gândul pătimăș și nu va avea o stare neclintită.

[72] Când, în sfârșit, mintea se roagă în curăție și fără patimă, nu mai vin asupra ei dracii din partea stângă, ci din cea dreaptă. Căci îi vorbesc de slava lui Dumnezeu și îi aduc înaintea vreo formă din cele plăcute simțirii, încât să-i pară că a ajuns desăvârșit la **scopul rugăciunii**. Iar aceasta a spus-o un bărbat cunoscător că se înfăptuiește prin patima slavei deșarte și prin dracul care s-a atins de creier.

[73] Socotesc că dracul, atingându-se de creier, schimbă lumina minții precum voiește. În felul acesta este stărnită patima slavei deșarte spre gândul de a face mintea să se pronunțe cu ușurătate, prin păreri proprii, despre cunoștința dumnezeiască și ființială. Unul ca acesta nefiind supărat de patimi trupești și necurate, ci înfățișându-se – zice-se – cu curăție, socoteș-te că nu



se mai petrece în el nicio lucrare potrivnică. De aceea socotește arătare dumnezeiască lucrarea săvârșită în el de diavolul, care se folosește de multă pătrundere și, prin creier, schimbă lumina împreunată cu el și îi dă, precum am spus, forma pe care o vrea.

[74] Îngerul lui Dumnezeu arătându-se, oprește, cu cuvântul numai, lucrarea potrivnică din noi și mișcă lumina minții la lucrare fără rătăcire.

[75] Cuvântul spus în *Apocalipsă*, că îngerul aduce tămâie ca să o adauge la rugăciunile sfinților (*Apocalipsa* 8, 3), socotesc că este harul acesta, care e lucrat prin înger. Căci el sădește cunoștința adevăratei rugăciuni, încât mintea stă de aici înainte în afară de orice clintire și nepăsare.

[76] Năstrapele cu tămâie (*Apocalipsa* 5, 8) se zice că sunt **rugăciunile sfinților**, pe care le purtau cei douăzeci și patru de bătrâni.

[77] Dar năstrapa trebuie socotită prietenia cu Dumnezeu, sau dragostea desăvârșită și duhovnicească în care se lucrează **rugăciunea în Duh și în Adevăr**.

[78] Când socotești că nu ai trebuință de lacrimi în rugăciunea ta pentru păcate, gândește-te cât de mult te-ai depărtat de Dumnezeu, având datoria să fii pururea în El, și vei lăcrima cu și mai multă căldură.



[79] Astfel, cunoscând măsurile tale, vei plânge cu ușurință, dosădindu-te după Isaia: „Cum, necurat fiind și petrecând în mijlocul unui astfel de popor, adică între potrivnici, îndrăznești să te înfățișezi înaintea Domnului Savaot?” (*Isaia* 6, 5).

[80] De te rogi cu adevărat, vei afla multă întărire și încredințare, și îngerii vor veni la tine ca și la Daniel, și-ți vor lumina înțeleșurile celor ce ți se întâmplă.

[81] Cunoaște că sfinții îngeri ne îndeamnă la rugăciune și stau de față împreună cu noi, bucurându-se și rugându-se pentru noi. Dacă suntem, prin urmare, cu nepăsare și primim gânduri potrivnice, îi amărâm foarte tare, dat fiind că ei se luptă atâta pentru noi, iar noi nu vrem să ne rugăm lui Dumnezeu nici pentru noi înșine, ci, disprețuind slujba noastră și părăsind pe Stăpânul și Dumnezeul acestora, petrecem cu necurații draci.

[82] Roagă-te cu cuviință și fără tulburare și cântă cu înțelegere și cu bună măsură, și vei fi ca un pui de vultur ce se urcă la înălțime.

[83] Psalmodierea potolește patimile și face să se liniștească neînfrânarea trupului. Iar rugăciunea face mintea să-și împlinească propria lucrare.

[84] Rugăciunea este lucrarea demnă de vrednicia minții, sau întrebuințarea cea mai bună și mai curată a ei.



[85] Psalmodierea este un lucru al înțelepciunii variate; iar rugăciunea este începutul cunoștinței nemateriale și simple.

[86] Cunoștința este tot ce poate fi mai bun, căci este împreună-lucrătoare a rugăciunii, trezind din somn puterea de înțelegere a minții pentru contemplarea cunoștinței dumnezeiești.

[87] **Dacă n-ai primit încă darul rugăciunii, sau al psalmodierii, stăruie cu putere, și-l vei primi.**

[88] „Le-a spus lor și o pildă cum trebuie să se roage totdeauna și să nu slăbească”. Prin urmare, nu slăbi, nici nu te descuraja dacă n-ai primit. Căci vei primi pe urmă. Și a adaos la pildă cuvântul: „Deși de Dumnezeu nu mă tem și de om nu mă rușinez, dar fiindcă femeia îmi pricinuiește supărări, îi voi face dreptate. Deci așa va face și Dumnezeu degrabă dreptate celor ce strigă către El ziua și noaptea” (*Luca* 18, 2-7). **Îndrăznește, așadar, stăruind încordat în sfânta rugăciune.**

[89] Nu voi să ți se facă cele ce te privesc precum socotești tu, ci precum îți place lui Dumnezeu, și vei fi netulburat și mulțumit în rugăciunea ta.

[90] Chiar dacă ți se pare că ești cu Dumnezeu, păzește-te de dracul curviei, căci este foarte înșelător și cât se poate de pizmaș și vrea să fie mai iute și mai



ager ca mișcarea și trezirea minții tale, ca să o desfacă și de Dumnezeu când Îi stă înaintea cu evlavie și frică.

[91] **Dacă te îngrijești de rugăciune, pregătește-te împotriva năvălirii dracilor și rabdă cu bărbăție biciuirile lor.** Căci vor veni asupra ta ca fiarele sălbatice și tot trupul ți-l vor chinui.

[92] Pregătește-te ca un luptător încercat. De vei vedea fără de veste vreo nălucire, nu te clinti. Chiar dacă ai vedea sabie scoasă împotriva ta, sau lampă năvălind spre vederea ta, nu te tulbura; sau de vei vedea vreo formă urâcioasă și sângeroasă, să nu-ți slăbească sufletul. Ci stai drept, mărturisind mărturisirea cea bună, și mai ușor vei privi la vrăjmașii tăi.

[93] Cel ce rabdă necazurile va ajunge și la bucurii. Și cel ce stăruie în cele neplăcute nu va fi lipsit nici de cele plăcute.

[94] Vezi să nu te amăgească dracii cei răi prin vreo vedenie, ci fii cu grijă, întorcându-te la rugăciune; și cheamă pe Dumnezeu ca, dacă este vedenia de la El, El să te lumineze, iar de nu, să alunge degrabă pe amăgitorul. Și îndrăznește, că nu vor putea sta câinii când tu stăruiești cu înfocare în convorbirea cu Dumnezeu. Căci îndată vor fi alungați departe cu ajutorul lui Dumnezeu, fiind bătuți în chip nevăzut și nearătat.



[95] Cu dreptate este să nu-ți rămână necunoscut nici vicleșugul acesta, că pentru o vreme se despart dracii între ei înșiși. Și dacă vrei să ceri ajutor împotriva unora, vin ceilalți în chipuri îngerești și alungă pe cei dintâi, ca tu să fii înșelat de ei, părându-ți că sunt îngeri.

[96] Îngrijește-te să agonisești multă cugetare smerită și bărbăție, și „răutatea lor nu se va atinge de sufletul tău, și biciul nu se va apropia de cortul tău, că îngerilor Săi va porunci ca să te păzească pe tine” (*Psalmii* 90, 10-11), iar aceștia vor izgoni de la tine toată lucrarea potrivnică.

[97] Cel ce are grijă de rugăciune curată va pătimi de la draci ocări, loviri, strigăte și vătămări. Dar nu va cădea, nici nu-și va părăsi gândul, zicând către Dumnezeu: „Nu mă voi teme de rele, căci Tu cu mine ești”, și cele asemenea.

[98] În vremea unor astfel de ispite, folosește-te de **rugăciunea scurtă și stăruitoare**.

[99] De te vor amenința dracii arătându-se deodată din văzduh ca să te înspăimânte și să-ți răpească mintea, să nu te înfricoșezi de ei și să nu ai nicio grijă de amenințarea lor, căci ei se tem de tine, încercând să vadă dacă le dai atenție sau îi disprețuiești cu desăvârșire.

[100] Dacă stai în rugăciune înaintea lui Dumnezeu Atotțiitorul, Făcătorul și Proniatorul tururilor, de ce l



te înfățișezi atât de lipsit de judecată, încât îți uiți de frica Lui cea neîntrecută și tremuri de niște țânțari și gândaci? Sau n-ai auzit pe cel ce zice: „De Domnul Dumnezeuul tău să te temi” (*Deuteronomul* 10, 20), și, iarăși: „De El se înfricoșează și tremură toate, de fața puterii Lui” (*Ioil* 2, 10; *Naum* 1, 5) și cele următoare?

[101] Precum pâinea este hrană trupului și virtutea hrană sufletului, așa rugăciunea duhovnicească este hrana minții.

[102] Roagă-te în sfântul loc al rugăciunii nu ca fariseul, ci ca vameșul, ca să te îndreptezi și tu de către Domnul.

[103] Străduiește-te să nu blestemi pe cineva în rugăciunea ta, ca să dărimi cele ce le zidești, făcând urâtă rugăciunea ta.

[104] Cel ce datorează zece mii de talanți să te învețe pe tine, că de nu vei ierta celui ce-ți este dator, nu vei dobândi nici tu iertare. „Căci l-a predat pe el, zice, chinuitorilor” (*Matei* 18, 34).

[105] Uită-ți de trebuințele trupului când te înfățișezi în rugăciune, ca nu cumva, pișcat de purice sau de păduche, de țânțar sau de muscă, să te păgubești de cel mai mare câștig al rugăciunii tale.

[106] S-a întâmplat la noi că unuia dintre sfinți, care se ruga, atâta i s-a împotrivit cel-rău, că, îndată ce



întindea mâinile, acela i se înfățișa ca un leu și ridica în sus labelle dinainte și-și înfigea ghearele sale în amândouă șoldurile nevoitorului, cu voința de a nu se depărta până ce nu-și va lăsa acela mâinile în jos. Dar acela niciodată nu le lăsa în jos până nu-și împlinea rugăciunile obișnuite.

[107] Așa l-am cunoscut și pe cel ce se îndeletnicea cu lucrul isihiei într-o groapă, pe Ioan cel Mic, mai bine zis prea marele monah. Acesta rămânea neclintit în unirea cu Dumnezeu când dracul se înfășura în chip de șarpe în jurul lui și-i strângea trupul și-i umplea fața de bale.

[108] Ai citit desigur și viețile monahilor tabenisioți, unde se spune că grăind Avva Teodor cuvânt către frați, au venit două năpârci sub picioarele lui, iar el, netulburat, făcându-și picioarele ocol în jurul lor, le-a ținut înăuntru până când a isprăvit de grăit cuvântul; și atunci le-a arătat fraților, povestindu-le întâmplarea.

[109] Despre alt frate duhovnicesc am citit, iarăși, că, rugându-se el, a venit o năpârcă și s-a lipit de piciorul lui. Dar el nu a coborât mâinile mai înainte de ce nu și-a împlinit rugăciunea obișnuită. Și întru nimic nu s-a vătămat cel ce iubea pe Dumnezeu mai mult decât pe sine însuși.

[110] Să ai în rugăciunea ta ochi neîmprăștiați și, lepădându-te de trupul și sufletul tău, trăiește prin minte.



[111] Altui oarecare sfânt, ce se ruga cu încordare liniștindu-se în pustie, arătându-i-se dracii, l-au aruncat și l-au învățit prin aer vreme de două săptămâni, prinzându-l apoi în rogojină. Dar nici așa nu au izbutit să-i coboare mintea din **rugăciunea înfocată**.

[112] Altui iubitor de Dumnezeu, care-și ocupa mintea cu rugăciunea umblând prin pustie, i s-au arătat doi îngeri călătorind împreună; dar el nu i-a băgat în seamă, ca să nu se păgubească de ceea ce-i mai bun. Căci își amintea de cuvântul Apostolului, care zice: „Nici Îngerii, nici Începătoriile, nici Puterile nu ne vor putea despărți de dragostea lui Hristos” (*Romani* 8, 38-39).

[113] **Monahul se face prin rugăciune asemenea îngerilor.**

[114] Nu căuta nicidecum să primești vreun chip sau vreo înfățișare în vremea rugăciunii, din dorul de a vedea fața Tatălui cel din ceruri.

[115] Nu dori să vezi Îngeri, sau Puteri, sau pe Hristos în chip sensibil, ca să nu-ți ieși cu totul din minte luând lupul drept păstor și închinându-te dracilor vrăjmași.

[116] Începutul rătăcirii minții este slava deșartă. Căci mintea, fiind mișcată de aceasta, încearcă să mărginească Dumnezeirea în chipuri și înfățișări.



[117] Eu voi spune cuvântul meu, pe care l-am spus și celor mai tineri: **Fericită este mintea care a dobândit în vremea rugăciunii, în chip desăvârșit, starea fără formă.**

[118] Fericită este mintea care, rugându-se neîmprăștiat, câștigă necotenit un tot mai mare dor către Dumnezeu.

[119] Fericită este mintea care, în vremea rugăciunii, se face nematerială și săracă de toate.

[120] Fericită este mintea care, în vremea rugăciunii, s-a lipsit desăvârșit de orice simț.

[121] Fericit este monahul care socotește pe toți oamenii ca Dumnezeu, după Dumnezeu.

[122] Fericit este monahul care socotește mântuirea și înaintarea tuturor ca pe a sa.

[123] Fericit este monahul care se socotește pe sine gunoiul tuturor.

[124] Monah este acela care s-a despărțit de toți și se împacă cu toți.

[125] Monah este cel ce se socotește pe sine una cu toți, deoarece i se pare că se vede pe sine neconținut în fiecare.

[126] Rugăciune săvârșește acela care aduce totdeauna primul gând al său ca rod lui Dumnezeu.



[127] Ca monah ce dorești să te rogi, fugi de orice minciună și de orice jurământ. Iar de nu, în zadar îțiiei o înfățișare care nu ți se potrivește.

[128] De vrei să te rogi în duh, nimic să nu iei de la trup, și nu vei avea nour care să-ți facă umbră în vremea rugăciunii.

[129] Încredințează lui Dumnezeu trebuința trupului, și vei înțelege că o poți încredința și pe a duhului.

[130] De vei dobândi făgăduințele, vei împărăți. Prin urmare, privind spre acestea, cu voioșie vei purta sărăcia de acum.

[131] Nu căuta să alungi de la tine sărăcia și strâmtoarea, materiile rugăciunii neîmpovărate.

[132] Să se întâlnească în tine virtuțile trupești cu cele sufletești, și cele sufletești cu cele duhovnicești; iar acestea, cu cunoștința nematerială și ființială.

[133] Ia seama la gânduri când te rogi; dacă au încetat cu ușurință, de unde vine aceasta? Ca să nu cazi în vreo cursă și să te predai înșelat.

[134] Uneori dracii îți strecoară gânduri și apoi te ațâță ca să te rogi, chipurile, împotriva lor sau să le stai împotriva. Și atunci se depărtează de bunăvoie, ca să te înșeli închipuindu-ți despre tine că ai început să birui gândurile și să-i înfricoșezi pe draci.



[135] Dacă te rogi împotriva patimii sau a dracului care te supără, adu-ți aminte de cel ce zice: „Voi alunga pe vrăjmașii mei și-i voi prinde și nu mă voi întoarce până ce nu-i voi nimici. Asupri-i-voi pe ei și nu vor putea să stea; cădea-vor sub picioarele mele” (*Psalmii* 17, 41-42), și cele următoare. Iar acestea le vei spune cu ușurință dacă te vei înarma cu smerită cugetare împotriva vrăjmașilor.

[136] Nu socoti că ai dobândit virtute dacă n-ai luptat mai înainte până la sânge pentru ea. Căci trebuie să te împotrivești păcatului până la moarte, luptându-te cu el și neslăbind, după dumnezeiescul Apostol (*1 Timotei* 6, 12).

[137] Dacă vei folosi pe vreunul, vei fi ocărât de altul ca, simțindu-te nedreptățit, să spui sau să faci ceva ce nu se cuvine și în felul acesta să risipești rău ceea ce ai adunat bine. Acesta e scopul dracilor. De aceea, trebuie să luăm aminte cu înțelepciune.

[138] Așteaptă loviturile aduse de draci, îngrijindu-te cum să scapi de robia lor.

[139] Dracii cei vicleni așteaptă noaptea ca să tulbure pe învățătorul duhovnicesc prin ei înșiși; iar ziua, îl învăluie prin oameni în strâmtorări, defăimări și primejdii.

[140] Nu te teme de nălbitori. Căci deși lovesc călcând și usucă întinzând, prin acestea se face veșmântul strălucitor.



[141] Câtă vreme nu te-ai lepădat de patimi, ci mintea ta se împotrivește virtuții și adevărului, nu vei afla tămâie bine-mirositoare în sânul tău.

[142] Dorești să te rogi? După ce te-ai mutat din cele de aici, petrecerea să o ai de-a pururi în ceruri, nu simplu, cu cuvântul gol, ci cu fapta îngerească și cunoștința tot mai dumnezeiască.

[143] Dacă numai când faci răul îți aduci aminte de Judecător, că este înfricoșat și nepărtinitor, încă n-ai învățat „să slujești Domnului cu frică și să te bucuri de El cu cutremur” (*Psalmii* 2, 9). Căci să știi că și în vremea de odihnă și de ospățare trebuie să-l slujești Lui, și mai mult, cu evlavie și cuviință.

[144] Bărbat înțelept este acela care nu încetează, înainte de pocăința desăvârșită, să-și aducă aminte cu întristare de păcatele sale și de răsplătirea lor dreaptă în focul cel veșnic.

[145] Cel ce este stăpânit de păcate și de mâinii și îndrăznește cu nerușinare să se întindă la cunoștința lucrurilor mai dumnezeiești, sau să se ridice chiar la **rugăciunea nematerială**, să primească certarea Apostolului, care-i arată că nu este fără primejdie pentru el să se roage cu capul gol, neacoperit. „Căci un asemenea suflet, zice, trebuie să aibă pe cap stăpânire, pentru îngerii care stau de față”



(1 Corinteni 11, 10), învelindu-se în cuvenita rușine și smerită cugetare.

[146] Precum vederea neacoperită și tare a soarelui din miezul zilei, când luminează mai viu, nu folosește ochiului bolnav, așa nu folosește nici întipărirea rugăciunii suprafirești și cu adevărat înfricoșate, care se face în duh, minții pătimășe și necurate.

[147] Dacă pe cel ce s-a apropiat cu dar la altar nu l-a primit Cel nepărtinitor și fără nicio lipsă, până nu se va fi împăcat cu aproapele, supărat pe el (*Matei* 5, 23-24), gândește-te de câtă pază și putere de a deosebi lucrurile avem trebuință ca să aducem lui Dumnezeu, la altarul cel inteligibil, tămâie bine primită.

[148] Nu te bucura de cuvinte, nici de slavă. Altminteri, nu-și vor mai face păcătoșii mendrele în spatele tău, ci în fața ta (*Psalzii* 128, 3). Și vei fi țintă de batjocură în vremea rugăciunii, târât și purtat de ei în gânduri nechibzuite.

[149] **Atenția minții căutând rugăciunea va afla rugăciune; căci rugăciunea îi urmează atenției mai mult ca orice altceva.** De aceea trebuie să ne sânguim spre ea.

[150] Precum cel mai de preț dintre toate simțurile este vederea, așa cea mai dumnezeiască dintre toate virtuțile este rugăciunea.



[151] Lauda rugăciunii nu stă simplu în cantitatea, ci în calitatea ei. Aceasta o arată cei ce s-au suit la templu (*Luca* 18, 10-14), precum și cuvântul: „Iar voi, rugându-vă, nu grăiți multe” (*Matei* 6, 7), și următoarele.

[152] Câtă vreme atenția îți este întoarsă spre trup și mintea îngrijește de cele care aduc desfătare cortului, încă n-ai văzut locul rugăciunii, ci este încă departe de tine calea fericită a acesteia.

[153] Când, stând la rugăciune, te vei ridica mai presus de orice bucurie, atunci cu adevărat ai găsit rugăciunea.

Evagrie Ponticul

RUGĂCIUNEA – CHEIA ÎMPĂRĂȚIEI CERURILOR¹

*Sufletul rănit de dragostea Mirelui,
Îl unește rugăciunea cu Mirele, încă de aici*

[80] Sufletului rațional, așezat la hotarul dintre lumina sensibilă și inteligibilă, prin cea sensibilă i s-a încredințat să vadă și să facă cele ale trupului, iar prin cea inteligibilă, cele ale duhului. Dar fiindcă lumina inteligibilă s-a întunecat, iar cea sensibilă s-a făcut mai clară pentru obișnuința de la început, nu poate să privească deplin spre cele dumnezeiești dacă nu se unește în întregime cu lumina inteligibilă, în rugăciune. Deci, în chip necesar, sufletul se află la hotarul

¹ Extras din *ILIE ECDICUL, Culegere din sentințele înțelepților*, cap. II, în: *Filocalia*, 4, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 335-339. [n.ed.]



dintre întuneric și lumină, spre întuneric mișcându-se prin faptă și afecțiune, spre lumină, prin închipuirea cugetării.

[81] Minteă pățimașă nu poate intra înăuntrul porții înguste a rugăciunii înainte de a părăsi grijile pricinuite de poftă, ci se va frământa mereu cu durere pe lângă pridvoarele aceleia.

[82] **Rugăciunea să rămână în minte, ca raza în soare.** Căci fără de ea, grijile din lumea simțurilor, hoinărind ca niște nouri fără de apă, despart mintea de strălucirea ei.

[83] **Puterea rugăciunii este foamea de bunăvoie de mâncări.** Iar puterea foamei stă în a nu asculta și a nu vedea nimic din cele lumești, dacă nu e trebuință neapărată. Cel ce nu poartă grijă de acestea nu a întărit zidirea postului; iar pe a rugăciunii a făcut-o să se surpe.

[84] Dacă mintea nu s-a desfăcut din toate ale simțurilor, nu se poate sui la înălțime și nu-și poate cunoaște vrednicia (demnitatea) sa.

[85] **Rugăciunea, împuternicită de lacrimi, scoate afară din suflet toate gândurile care o dușmănesc;** dar le aduce iarăși împrăștierea minții, împuternicită de ușurătatea față de lege. Cel ce a izgonit-o pe aceasta a izgonit și răul atotpricinuitor al cutezanței (la vorbă).



[86] Postul e simbolul zilei, pentru că e văzut; iar rugăciunea, al nopții, pentru că e ascunsă. Deci cel ce se îndeletnicește cu amândouă acestea, potrivit cu fiecare, va ajunge la cetatea vederilor, „din care au fugit durerea, întristarea și suspinarea” (*Isaia* 51, 11).

[87] Lucrarea duhovnicească poate să se facă și fără fapta trupului. Fericit este deci cel ce socotește lucrarea nematerială mai bună decât fapta cea materială. Căci prin ea a împlinit lipsa faptei, trăind viața ascunsă a rugăciunii, cea arătată lui Dumnezeu.

[88] Dumnezeiescul Apostol ne îndeamnă să răbdăm în credință, să ne bucurăm în nădejde și să stăruim în rugăciune (*Romani* 12, 12), ca să rămână în noi bunul bucuriei. Dacă e așa, cel ce nu rabdă nu e credincios; cel ce nu se bucură nu e cu bună nădejde, căci a lepădat pricina bucuriei, rugăciunea, nestăruind în ea.

[89] Dacă mintea, petrecând de la început în gânduri lumești, a câștigat atâta dragoste de ele, câtă prietenie n-ar dobândi față de rugăciune petrecând neconținut în ea? Căci în cele ce zăbovește, zice, în acelea și obișnuiește a se lărgi.

[90] Precum despărțindu-se de locuința sa de odinioară, mintea a uitat de strălucirea de acolo, așa trebuie ea să uite iarăși de cele de aici și să alerge spre aceea prin rugăciune.



[91] Minte se va afla, față de rugăciunea care nu poate să o mângâie, ca un prunc față de sânii mamei, care s-au răcit. Iar față de cea care e altfel, ca un prunc adormit de plăcere în brațele ei.

[92] „Acolo, zice (în patul plângător al vieții virtuose adică, asemenea miresei din Cântare, va zice și mireasa rugăciune către iubitul ei), îți voi da sânii mei” (*Cântarea Cântărilor* 7, 13) dacă vei veni cu totul la mine.

[93] Nu poate dobândi prietenie față de rugăciune cel ce nu s-a lepădat de toată materia, afară de viață și de acoperământ (1 *Timotei* 6, 8). Ieși afară din toate celelalte, cel ce vrei să fii numai cu mintea.

[94] Mărturia minții iubitoare de Dumnezeu este rugăciunea de-un singur gând, a gândului chibzuit este cuvântul la vreme, iar a simțirii eliberate, gustul de un singur fel. Prin acestea trei se zice că se întăresc cele ale sufletului.

[95] Firea celui ce se roagă trebuie să se înmoaie și să se înfrăzească bine, întocmai ca a copiilor, ca, precum a acelor, așa și a acestuia să-și primească ușor dezvoltarea ce vine prin rugăciune. Deci nu fi fără grijă, cel ce dorești să te însoțești cu aceasta.

[96] Nu toți au același scop în rugăciune, ci unul pe acesta, altul pe acela. Unul se roagă ca, dacă se poate, să fie inima lui totdeauna cu rugăciunea; altul ca să se



ridice și mai sus de ea. Iar altul, ca să nu fie întrerupt de gânduri în rugăciune. Dar toți se roagă fie să fie păziți în cele bune, fie să nu fie duși de cele rele.

[97] **Dacă nimeni nu rămâne nesmerit în rugăciune** (căci se frânge în smerenie cel ce se roagă), **cel ce se poartă cu semeție în cele din afară nu se roagă întru smerenie.**

[98] Cel ce se roagă gândindu-se la văduva care a mișcat judecata împotriva asupritorului crud (*Luca* 18, 3) nu va slăbi niciodată din pricina întârzierii bunătăților făgăduite.

[99] **Nu va rămâne rugăciunea în cel ce zăbovește la cele gândite înăuntru și la cele grăite în afară. Dar tot ea se va întoarce la cel ce le taie pe cele mai multe.**

[100] De nu vor străbate **cuvintele rugăciunii** la adâncurile sufletului, nu vor fi lăsate lacrimile să se rostogolească pe obrajii feței.

[101] Spicele vor răsări plugarului dacă semințele n-au fost aruncate la suprafața pământului (la vedere). Iar monahului îi vor izvorî lacrimile dacă pătrunde cu osteneală cuvintele rugăciunii.

[102] **Rugăciunea e cheia Împărăției cerurilor.** Cel ce o are pe aceasta cum trebuie vede bunătățile rânduite pe seama prietenilor ei. Dar cel ce nu are îndrăznire în aceea nu vede decât cele de aici.



[103] Minteă, în vremea rugăciunii, nu poate zice cu îndrăznire către Dumnezeu: „Ai rupt legăturile mele, Ție îți voi aduce jertfă de laudă” (*Psalmii* 115, 7) dacă nu rupe, din dorul celor mai înalte, legăturile fricii, ale trândăviei, ale somnului mult și ale lăcomiei de mâncare, din care se naște păcătuirea.

[104] **Cel împrăștiat la rugăciune stă afară de catapeteasma dintâi.** Înăuntru ajunge cel ce o face de un singur gând². Dar în Sfânta Sfintelor privește numai cel ce împreună cu pacea gândurilor (rațiunilor) naturale contemplă cele dimprejurul ființei care întrece orice minte și s-a învrednicit de vreo arătare luminoasă de acolo.

[105] **Când sufletul, odihnindu-se de cele din afară, se unește cu rugăciunea, atunci aceea, înconjurându-l ca o flacăra, îl face întreg arzător, așa cum face focul fierul.** Sufletul este același, dar nu mai poate fi atins de atingerile din afară, cum nu poate fi nici fierul arzător.

[106] Fericit cel ce s-a învrednicit să se arate în viața aceasta astfel, și statuia lui, prin fire de lut, și-o vede arzătoare prin har.

[107] Pe cei începători legea rugăciunii îi apasă ca un stăpân aspru; dar celor înaintați ea le este ca dragostea, care împinge pe un flămând la ospăț bogat.

² Cel concentrat adică.



[108] Pe cei ce se îndeletnicesc bine cu făptuirea, rugăciunea când îi umbrește ca un nour (*leșirea* 14, 19) care-i apără de gândurile arzătoare, când îi răcorește cu o rouă de lacrimi, arătându-le vederi duhovnicești.

[109] Cântarea e o dulceață a chitarei, atinsă de cineva din afară. Iar sufletul, dacă nu-i vine în vremea rugăciunii într-ajutor grăirea tainică în Duh, nu se străpunge ușor. „Căci a ne ruga cum trebuie nu știm” (*Romani* 8, 26). La aceasta îl duce, pe cel ce se roagă, Duhul.

Ilie Ecdicul

„STĂRUIȚI ÎN RUGĂCIUNE”

Al aceluiași¹. Despre felul cum trebuie să șadă la rugăciune cel ce se liniștește; și să nu se ridice repede²

[1] Uneori să șezi pe scaun, și anume cât mai mult, pentru osteneală; alteori și pe o rogojină, puțin, pentru o vreme, pentru odihnire. Dar șederea ta să fie cu răbdare, pentru cel ce a zis: „**Stăruieți în rugăciune**” (*Coloseni* 4, 2). Să nu te ridici degrabă, lenevindu-te, pentru durerea osteneții și pentru strigarea înțeleghătoare a minții și pentru așintirea minții. Căci „iată, zice prorocul, m-au cuprins dureri ca pe una

¹ Extras din Sf. GRIGORIE SINAITUL, *Despre felul cum trebuie să șadă la rugăciune cel ce se liniștește*, în: *Filocalia*, 7, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 221-239. [n.ed.]

² În ms. *Ghenoiu* și în ms. asemănătoare e împărțit în șapte capete. În *Filocalia* greacă, ed. III, vol. IV, pp. 80-88, nu e împărțit în capete.



care naște" (*Psalmii* 47, 6). Ci încovoiindu-te în jos și adunându-ți mintea în inimă, de cumva s-a împrăștiat, cheamă pe Domnul Iisus în ajutor. Iar dacă te dor adeseori umerii și capul, stăruiește cu osteneală și cu dragoste în acestea, căutând în inimă pe Domnul. Căci „Împărăția lui Dumnezeu este a celor ce se silesc și cei ce se silesc, o răpesc pe ea" (*Matei* 11, 12). Domnul a arătat prin aceste cuvinte sânguința în osteneli a acestora. Căci răbdarea și stăruința în toate pricinuiesc osteneli în trup și în suflet.

Despre felul cum trebuie să se zică rugăciunea

[2] Dintre Părinți, unii o zic în întregime: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă". Alții, jumătate: „Iisuse, Fiul lui Dumnezeu, miluieștemă", ceea ce este mai ușor pentru neputința minții. Căci aceasta nu poate să zică în chip tainic, singură de la sine, „Domnul Iisus", întru curăție și în chip desăvârșit, decât în Duhul Sfânt (*1 Corinteni* 12, 3). Altfel va face aceasta bâlbâindu-se ca un copil, neputând să o zică articulat. Dar nu trebuie să schimbe des cuvintele rugăciunii, din nepăsare, ci cu răgaz, fără întrerupere³.

³ Schimbarea deasă a cuvintelor rugăciunii se face din nepăsare, din lipsa efortului de concentrare, din lene.



Iarăși, unii Părinți învață să se facă rugăciunea cu gura, alții cu mintea. Eu o zic cu amândouă. Căci uneori slăbește mintea a o grăi, lenevinduse; iar alteori gura. De aceea, **trebuie să ne rugăm și cu gura, și cu mintea.** Dar trebuie să o spunem liniștit și fără zgomot, ca nu cumva glasul să tulbure simțirea și atenția minții și să le împiedice. Aceasta până ce mintea, obișnuindu-se cu lucrarea, va înainta în ea și va lua putere de la Duhul să se roage în întregime și cu putere. Atunci nu mai e de trebuință să se rostească cu gura, dar nici nu se mai poate. Atunci ajunge să se facă toată lucrarea numai cu mintea.

Despre felul cum trebuie ținută mintea

[3] Află că nimeni nu poate de la sine să țină mintea de nu va fi ținută de Duhul. Căci este nestatornică, nu de la fire, pentru că e pururea în mișcare, ci fiindcă și-a însușit obișnuința împrăstierii prin nepurtare de grijă, deprinzându-se de la început cu aceasta. Căci prin călcarea poruncilor Celui ce ne-a născut pe noi a doua oară, ne-am despărțit de Dumnezeu, pierzând simțirea înțelegătoarea Lui și unirea cu El întru simțire⁴. Alunecând

⁴ Ne întâlnim iarăși cu „simțirea înțelegătoare” sau „mintală”, care e un contact nemijlocit al minții cu Dumnezeu, deci și o unire cu El, care nu se face fără ca Dumnezeu însuși să ni se deschidă când ne-am curățit de gândurile și de împătımirea de alte lucruri.



mintea de acolo și despărțindu-se de Dumnezeu, e purtată în toate părțile ca o roabă. Ea nu mai poate să se oprească altfel, decât numai dacă se supune lui Dumnezeu și e oprită de El și se unește cu El cu veselie, rugându-se Lui neîncetat și stăruitor, mărturisindu-L Lui, în fiecare zi, în chip înțelegător toate câte a greșit; atunci El iartă îndată toate celor ce L se roagă cu smerenie și cu zdrobire de inimă și cheamă pururea numele Lui cel sfânt. Căci zice: „Mărturișiți-vă Domnului și chemați numele cel sfânt al Lui” (*Psalmii* 104, 3). Răsuflarea cu gura strânsă ține mintea, dar numai în parte și iarăși se împrăștie. Dar când vine lucrarea rugăciunii, ea ține cu adevărat mintea la sine și o veselește și o liberează din robie⁵. **Se întâmplă însă uneori că mintea se roagă și stă în inimă, dar cugetarea răătăcește și se îndeletnicește cu altele. Aceasta nu se supune nimănui, decât numai celor desăvârșiți în Duhul Sfânt, care au ajuns la neîmprăștierea în Hristos Iisus.**

Despre alungarea gândurilor

[4] Niciun începător nu poate alunga vreodată vreun gând dacă nu-l alungă Dumnezeu. Căci numai cei

⁵ Deci nu respirația cu gura strânsă adună mintea din împrăștiere, ci rugăciunea sau legarea ei de gândul la Dumnezeu, adică pomenirea deasă a numelui Lui.



puternici pot război și alunga gândurile. Dar și aceștia nu de la ei alungă gândurile, ci împreună cu Dumnezeu poartă războiul împotriva lor, ca unii ce au îmbrăcat toate armele Lui.

Iar tu, venind gândurile, cheamă pe Domnul Iisus des și cu stăruință și vor fugi. Căci nerăbdând căldura inimii izvorâtă din rugăciune, fug ca arse de foc⁶. „Bate pe cei ce te războiesc cu numele lui Iisus”, zice Scărarul, fiindcă Dumnezeul nostru este foc ce mistuie toată răutatea (*Deuteronomul* 4, 24). Domnul cel grabnic la ajutor „va face îndată dreptate celor ce strigă din tot sufletul către El, ziua și noaptea” (*Luca* 8, 7). Iar cel ce nu are lucrarea rugăciunii le biruie în alt chip, urmând lui Moise. Căci sculându-se și întinzându-și mâinile și privirea la cer, le pune pe fugă Dumnezeu însuși. Pe urmă, șezând iarăși, începe rugăciunea cu stăruință. De acest mijloc se folosește cel ce n-a dobândit încă putere în rugăciune. Dar și cel ce are lucrarea rugăciunii, ridicându-se adesea, își va întinde mâinile pentru a cere ajutor împotriva patimilor trupești, adică a trândăviei și a curviei, patimile cele mai cumplite și mai grele. Dar se ridică numai puțin și iarăși se așază, ca să nu fie amăgit de către vrăjmașul din văzduh,

⁶ Căldura inimii e de ordin spiritual. E înfocarea inimii pentru Dumnezeu. E o iubire față de Dumnezeu care covârșește, prin alipirea minții la El, atracția oricărui alt gând. Dar ea produce o căldură curată și în inima sensibilă (trupească).



nălucindu-i minții vreo plăsmuire de adevăr. Căci numai cei curați și desăvârșiți pot păzi mintea nevătămată și fără greșală, fie că o au în sus, fie în jos, fie în inimă, și peste tot.

Cum trebuie să se cânte

[5] Unii cântă puțin, alții mult, iar alții deloc. Tu nu cânta nici mult, căci aceasta aduce tulburare, dar nici nu lepăda cu totul cântarea, pentru moleșeala și nepăsarea care se nasc din aceasta. Ci urmează celor ce cântă puțin. Căci, în toate, cea mai bună e măsura, după cuvântul înțelepților. Cântarea multă este a celor ce se îndeletnicesc cu făptuirea, pentru necunoștință și pentru osteneală, nu a celor ce se liniștesc, cărora le ajunge să se roage numai lui Dumnezeu, în inimă, și să se abțină de la gânduri. „Liniștea, zice Scărarul, este lepădarea înțeleșurilor sensibile și inteligibile”.

Căci dacă își deșartă mintea toată puterea în multa cântare, slăbește de nu se mai poate ruga cu tărie și cu sânguință. „Noaptea, zice Scărarul, dă cele multe rugăciuni, iar cele puține cântării”. Așa trebuie să faci și tu. Când vezi, șezând în scaunul tău, că lucrează rugăciunea și nu încetează de a se mișca în inimă, nu o părăsi ca să te scoli să cânți, până ce nu te va



părăsi ea cu bun rost, când vine vremea. Căci părăsind pe Dumnezeu înăuntrul, pentru ca, ridicându-te, să-l vorbești în afară, te cobori de la cele înalte la cele de jos. Ba îți tulburi prin aceasta și pacea minții. Căci liniștea (isihia), cum o arată numele, a dobândit prin lucrare obișnuința de a petrece în pace și seninătate.

Pentru că Dumnezeu este pace (*Efesenii* 2, 14), dincolo de orice tulburare și strigare, trebuie ca și lauda noastră să fie îngerească și nu trupească, precum ne este și viețuirea. Cântarea cu strigare este semnul strigării cu mintea. Ea ni s-a dat pentru lenevirea și nepriceperea noastră, ca să ne aducă la cele adevărate. Căci cei ce nu cunosc **rugăciunea**, care este, după Scărarul, **izvorul virtuților**, ce udă, ca pe niște răsaduri, puterile sufletului, trebuie să cânte mult și fără măsură și totdeauna în multe feluri, neîncetând niciodată, până ce nu vor înainta de la făptuirea multă cu osteneală, la vedere. Iar aceasta le vine după ce au aflat rugăciunea care lucrează în lăuntrul lor. Fiindcă alta este fapta liniștii (isihiei), și alta a vieții de obște. Dar fiecare se va mântui stăruind în ceea ce a fost chemat.

De aceea mă tem să scriu, pentru cei neputincioși, văzându-te umblând în mijlocul lor. Căci tot cel ce se îndeletnicește cu rugăciunea pe baza celor auzite sau învățate din cărți se pierde, ca unul ce nu și-a găsit povătuitor. Iar cel ce a gustat din har trebuie să cânte



cu măsură, după cum spun Părinții, îndeletnicindu-se cel mai mult cu rugăciunea; și când se lenevește, să cânte sau să citească scrierile despre făptuire ale Părinților. Căci nu are corabia trebuință de lopeți când vântul întinde pânzele, dăruindu-i suflare prielnică pentru plutire pe marea sărată a patimilor.

Numai când se oprește, trebuie ajutată de lopeți sau trasă de o corabie mai mică. Iar dacă ne arată unii cu gând de gâlceavă pe Sfinții Părinți sau chiar pe unii de aici că au făcut priveghere toată noaptea în picioare, cântând neîntrerupt, răspundem din Scripturi că nu le sunt date tuturor toate cele desăvârșite, pentru lipsa de sânguință și de putere. Cu toate acestea, cele mici nu sunt numaidecât mici la cei mari, iar cele mari nu sunt numaidecât și desăvârșite la cei mici. Ci numai în cei desăvârșiți se lucrează toate cu ușurință. Căci nu toți sunt totdeauna acum sau au fost odinioară în treapta lucrătoare. Nici n-au umblat toți pe aceeași cale sau au ținut-o până la sfârșit. Ci mulți au trecut de la treapta lucrătoare la vedere și s-au odihnit de la toate, aflându-se într-o sâmbătă a legii duhovnicești (*Ieșirea* 20, 6)⁷. Ei se veselesc numai în Dumnezeu,

⁷ Sâmbăta a fost folosită în scrisul ascetic ca simbol al odihnei de faptele și de gândurile legate de lumea aceasta creată (Sf. MAXIM MĂRTURISITORUL, *Capete gnostice* II, 64-65, *Filocalia*, 2, ediția jubiliară, 2017, p. 228). Sabatismul, sabatizarea, e numele acestei odihne în Dumnezeu încă pentru Sf. Apostol Pavel (*Evrei* 4, 9). Sf. Grigorie



săturați de desfătarea dumnezeiască, care nu le îngăduie să cânte sau să cugete la altceva decât la har, ajunși la extaz pentru o vreme și la bunul cel mai din urmă dintre cele dorite, primite în parte, ca o arvună încă de aici. Alții însă s-au mântuit rămânând până la urmă în treapta lucrătoare, ca, adormind în ea, să primească răsplata în veacul viitor. Iar alții au primit împlinirea în ceasul morții și de aceea au răspândit o bună mireasmă după moarte, spre arătarea mântuirii lor. Ei au avut harul Botezului ca toți, dar mintea lor aflându-se în robie și întru necunoștință, n-au comunicat tainic cu el cât erau încă în viață⁸.

Sinaitul vorbește și el de această „sabatizare” (σαββατίσαντες) în Dumnezeu a celor scăpați de robia patimilor care muncesc pe oameni. La el odihna ia sens de eliberare. El dă o aplicare mai duhovnicească sabatismului, ca la Sf. Maxim, având mai mult înțelesul trecerii dincolo de lumea creată.

⁸ Πληροφορηθέντες ἐν τῷ θανάτῳ are și sensul de încredințare a lor în ceasul morții, dar și sensul de împlinire a lor, de obținere a plenitudinii prin Duhul Sfânt. Karl Rahner vorbește de o ajungere deplină a omului în stăpânirea sa, ca și de o rotunjire a sa în ceasul morții, prin ajungerea la totala conștiință de sine (*Theologie des Todes*). Sf. Grigorie Sinaitul vorbește și el de o împlinire a omului în ceasul morții, prin Dumnezeu. Dar la el vedem ideea că mintea sau conștiința celor mai mulți a rămas în cursul vieții în oarecare robie și de aceea n-au putut comunica liber și deplin cu harul. Faptul acesta se realizează numai în ceasul morții, când, pe de o parte, se eliberează deplin și ei înșiși de robia patimilor, văzând deșertăciunea lumii, pe de alta, îi face deplin stăpâni pe ei înșiși harul cu care acum comunică deplin, neîmpiedecați de lume.



Dar alții petrec în amândouă, adică și în cântare, și în rugăciune, având un har îmbelșugat și pururea în lucrare și nefiind niciodată împiedicați de ceva. În sfârșit, alții au ținut până la sfârșit mai ales liniștirea, deși erau neînvățați, îndestulându-se înțelepțește numai cu rugăciunea, ca unii ce erau uniți numai cu Dumnezeu. Căci cei desăvârșiți, cum am spus, toate le pot în Cel ce-i întărește pe ei, Hristos (*Filipeni 4, 13*), a Căruia e slava în vecii vecilor. Amin.

Despre amăgire și despre alte multe lucruri

Aș vrea să știi cu de-amănuntul și despre amăgire, ca să te păzești de ea, ca nu cumva dus de neștiință să te vatămi foarte tare și să-ți pierzi sufletul. Deoarece lesne înclină voia liberă a omului spre cele contrare; și mai ales a celor ce lucrează ca de la ei. Căci dracii obișnuiesc să fie aproape de ei și împrejurul celor începători și a celor ce se povățuiesc după regula proprie (idioritmici). Ei le întind acestora curse de gânduri și sapă gropi pentru căderi și plăsmuiesc năluciri pierzătoare. Fiindcă cetatea lor e sub stăpânirea barbarilor și nu trebuie să ne mirăm de s-a rătăcit careva sau de și-a ieșit din minți, sau de a primit sau primește amăgirea, sau vede și spune, din lipsa de cercare și din neștiință, lucruri străine de adevăr și necuvenite.



Căci adeseori, vorbind cineva despre adevăr fără să aibă învățătură, spune, fără să-și dea seama, unele în locul altora, neștiind să spună așa cum este. În chipul acesta a tulburat pe mulți și a pricinuit multă ocară și batjocură celor ce se liniștesc⁹.

Dar nu trebuie să ne mirăm dacă se rătăcește vreun începător, chiar după multă osteneală. Fiindcă s-a întâmplat aceasta multora, și în vremea noastră și odinioară, dintre cei ce L-au căutat pe Dumnezeu. Căci **pomenirea lui Dumnezeu sau rugăciunea cu mintea este mai înaltă decât toate lucrările**. Ea este și căpetenia virtuților, fiind dragoste de Dumnezeu.

Iar cel ce vrea să intre la Dumnezeu cu nerușinare și cu multă cutezanță și se silește să-L mărturisească în chip curat și să-L dobândească în sine fără să se fi curățit, e lesne omorât de draci, de li se va îngădui. Căci căutând cu îndrăzneală și cu obraznicie cele ce trec de starea lui (*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 3, 20), urmărește cu îngâmfare să ajungă la ele înainte de vreme. Dar

⁹ S-ar putea ca aici să se facă aluzie la Varlaam, care a luat în râs pe isihaști și în a căror apărare a scris Sf. Grigorie Palama [vezi **Nr. 4** din coll. *Comorile Filocaliei*, n.ed.]. Dar s-ar putea să se facă aluzie și la cei ce din neștiință înfățișau rugăciunea pe care pretindeau că o practică, într-un mod care a provocat batjocurile lui Varlaam. Oare nu din cauza aceasta s-a retras Grigorie Sinaitul în munții depărtați ai Paroriei, unde a putut predica netulburat rugăciunea minții în modul cel mai autentic, atrăgând o mulțime de ucenici dornici să o deprindă?



Domnul, privind adeseori cu milostivire cât suntem de cutezători față de cele înalte, nu îngăduie să fim ispitiți, ci voiește ca fiecare, recunoscându-și mândria sa, să se întoarcă de la sine, înainte de a se face ocară dracilor și de râs sau de plâns între oameni.

Cu deosebire se milostivește El de cel ce caută acest minunat lucru cu îndelungă-răbdare, cu smerenie și mai ales cu supunere și cu întrebare la cei încercați, ca nu cumva să culeagă, fără să bage de seamă, în loc de grâu, spini, și să afle în loc de dulceață, amarăciune și în loc de mântuire, pierzanie. Căci numai cei puternici și desăvârșiți pot să lupte totdeauna cu dracii și să întindă împotriva lor neîncetat sabia Duhului, care este cuvântul lui Dumnezeu (*Efesenii* 6, 17). Iar cei neputincioși și începători să se folosească, cu evlavie și cu frică, de fugă, ca de o întăritură și să nu primească războiul, îndrăznind înainte de vreme, căci numai așa scapă de moarte.

Deci tu, dacă te liniștești bine, așteptând să fii cu Dumnezeu, să nu primești niciodată orice ai vedea cu simțurile sau cu mintea, sau în afară, sau înăuntru, fie chiar chipul lui Hristos, sau vreun înger, zice-se, sau al vreunui sfânt, sau să-ți nălucești sau să întipărești vreo lumină în mintea ta. Căci și mintea însăși are de la sine, prin fire, puterea de a plăsmui năluciri și ușor poate plăsmui închipuirile celor dorite în cei ce nu



iau aminte cu de-amănuntul la aceasta, aducându-și vătămare ei înșiși. Dar și amintirea unor lucruri bune sau rele obișnuiește să se întipărească în simțirea minții și să o facă să făurească năluci. Unul ca acesta a ajuns rob al nălucirilor (fantezist), nu isihast. De aceea, ia aminte să nu te încrezi în ceva, încuviințând degrabă, chiar dacă e ceva bun, înainte de a întreba pe cei încercați și mai înainte de multă cercetare, ca să nu te vatămi. Rămâi mai bine greoi față de acel lucru, păzindu-ți totdeauna mintea fără culoare, fără chip și fără formă. Căci adeseori se trimite ceva de felul acesta și de la Dumnezeu spre cercare, pentru a lua cunună, dar mulți se vatămă. Fiindcă Domnul nostru vrea să cerce voința noastră liberă, să vadă în ce parte înclină.

Cel ce vede ceva cu înțelegerea, cu simțirea, chiar de ar fi de la Dumnezeu, dacă o primește fără să întrebe pe cei cercați, ușor se amăgește sau se va amăgi, ca unul ce o primește cu ușurință. Începătorul trebuie să ia aminte la lucrarea inimii, care nu amăgește, iar toate celelalte să nu le primească, până nu va dobândi pacea de la patimi. Căci Dumnezeu nu se supără pe cel ce ia aminte la sine cu de-amănuntul de teama amăgirii, chiar dacă acesta n-ar primi nici ceea ce trimite El, fără multă întrebare și cercetare; ci mai degrabă îl laudă ca pe un înțelept.



Dar nu trebuie să fie întrebați toți, ci unul încercat și povățuitor al altora, cu viața luminată, care e sărac, dar îmbogățește pe mulți, după Scriptură (2 Corinteni 6, 10). Căci mulți necercați au vătămat pe mulți lipsiți de minte, a căror osândă o vor avea după moarte. Căci nu tuturor le este dat să povățuiască și pe alții, ci numai celor cărora li s-a dăruit puterea dumnezeiască de a deosebi, după Apostol, duhurile (1 Corinteni 12, 10), puterea prin care să despartă răul de bine cu sabia cuvântului (rațiunii). Fiecare are cunoștința și puterea sa de deosebire, fie de la fire, fie prin cercare, fie din învățătură. Dar nu o au toți pe cea a Duhului. De aceea a zis înțeleptul Isus al lui Sirah: „Cei ce sunt în pace cu tine, să fie mulți, dar sfătuitoarii tăi, unul dintr-o mie” (*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 6, 6). Însă nu puțină osteneală se cere pentru a afla un povățuitor care să nu greșească nici în lucruri, nici în cuvinte, nici în cugetări. Iar semnul că nu greșește nu este altul decât să aibă mărturia Scripturii în ceea ce face și cugetă și să fie cumpătat în ceea ce cugetă. Căci nu puțină nevoință se cere pentru a ajunge cineva în chip învederat la adevăr și a se curăți de toate cele potrivnice harului. Fiindcă și diavolul obișnuiește să-și arate, mai ales în cei începători, amăgirea lui sub chipul adevărului și să dea îndemnurilor lui rele înfățișarea unor sfaturi duhovnicești.



De aceea, **cel ce se silește să ajungă la rugăciunea curată trebuie să umble în liniște**, cu multă frică, cu plâns și cu povățuire dobândită prin întrebarea celor cercați. Trebuie să plângă pururea pentru păcatele sale, întristându-se și temându-se ca nu cumva să fie osândit și despărțit de Dumnezeu, acum sau în veacul viitor. Când diavolul vede pe cineva petrecând în plâns, nu rămâne acolo, înfricoșându-se de smerenia ce se naște din plâns¹⁰. Dar pe cel ce-și închipuie că va ajunge la cele înalte prin părerea de sine, purtat de un dor satanic și nu adevărat, îl leagă cu ușurință în mrejele sale, ca pe o slugă a sa. De aceea **trebuie să ții plânsul ca o mare armă în rugăciune, ca să nu cazi din bucuria rugăciunii în părerea de sine, ci alegându-ți întristarea bucuroasă**¹¹, să te păzești nevătămat.

¹⁰ Smerenia înfricoșează pe diavol pentru tăria ei întemeiată pe adevărul în privința raportului între micimea noastră și mărimea copleșitoare a lui Dumnezeu. Dimpotrivă, mândria n-are fermitate în afirmarea de sine a omului, pentru că nu se bazează pe o cunoaștere a adevărului poziției sale reale în raport cu Dumnezeu, iar adevărul acesta va dărmăna până la urmă înălțarea lui neîntemeiată pe nimic consistent.

¹¹ „Întristarea bucuroasă” (χαρολυπη) este o nouă expresie paradoxală, alături de „beția trează”, de „stabilitatea mobilă” etc., venite de la Grigorie de Nyssa. Expresia aceasta o găsim la Ioan Scărarul sub forma „plânsului pricinuitor de bucurie” (χαροποιὸν πένθος). Ea e înrudită și cu „moartea sau crucea de viață făcătoare”, atât de frecventă în creștinism. Întristarea aceasta e bucuroasă pentru că e împreună cu iubirea lui Dumnezeu, cu simțirea intensă a puterii Lui. De aceea ea nu e întristarea fără nădejde a singurătății, a senti-



Rugăciunea neînșelătoare, căldura împreunată cu rugăciunea lui Iisus, Care a aruncat foc pe pământul (*Luca* 12, 49) inimii noastre, este căldura care arde patimile ca pe niște scaieți și sădește veselie și pace în suflet. Ea nu se abate nici la dreapta, nici la stânga, ci răsare în inimă ca un izvor de apă din Duhul de viață făcător. Dorește și tu să o afli și să o dobândești și să o ai numai pe aceasta în inima ta, păzindu-ți mintea fără năluciri și goală de înțeleșuri și de gânduri. Și nu te teme. Căci Cel ce a zis: „Îndrăzniți, Eu sunt, nu vă temeți” (*Matei* 14, 27), este și cu noi, dacă-L căutăm, ca să ne sprijinească totdeauna. Nu trebuie să ne fie frică sau să suspinăm chemând pe Dumnezeu.

Iar dacă unii s-au rătăcit, vătămându-se la minte, bagă de seamă că au pățimit aceasta din ascultare de voia lor și din înălțarea cugetului. Cel ce caută pe Dumnezeu întru supunere, cu întrebare și cu smerită cugetare, nu se va vătăma niciodată, cu harul lui Hristos, Care vrea ca toți oamenii să se mântuiască (*1 Timotei* 2, 4). Iar dacă se întâmplă vreo ispită, ea vine pentru cercare

mentului de părăsire definitivă, a ieșirii din legătura cu izvorul vieții adevărate, pe care o are cel ce nu se poate pocăi. Totul în creștinism e o complexă *coincidentia oppositorum*. A vedea acest caracter al realității e semnul unei maturități de gândire, de înțelegere, de experiență a realității spirituale în toată complexitatea ei, al unei maturități pe care nu o are un raționalism simplificator de tipul lui sau-sau (*entweder-oder*).



și pentru cunună și are după ea degrabă ajutorul lui Dumnezeu, care a îngăduit-o pentru pricini pe care singur El le știe. Pe cel ce viețuiește drept și umblă fără prihană și leapadă plăcerea de la oameni și cugetarea semeață, chiar dacă toată mulțimea dracilor ar mișca împotriva lui nenumărate ispite, nu-l vor vătăma, cum zic Părinții.

Iar cel ce umblă cu obraznicie după sfatul lui va suferi cu ușurință vătămare. De aceea, cel ce se liniștește e dator să țină pururea calea împărătească. Fiindcă trecerea peste măsură, în toate, e urmată cu ușurință de părerea de sine, din care se naște amăgirea.

Înfrânează săltarea minții strângând puțin gura în rugăciune, și nu răsuflarea nărilor, ca cei neînvățați, ca să nu te vatămi, umflându-te¹².

Trei sunt virtuțile liniștii (isihiei) pe care trebuie să le păzim întocmai și să ne cercetăm în fiecare ceas dacă petrecem totdeauna în ele, ca nu cumva, furați de

¹² Prin înfrânarea „săltării minții” înțelege ținerea minții într-o stabilitate, menținerea cugetării în pomenirea neîncetată a lui Dumnezeu. Iar ca mijloc recomandă strângerea puțin a gurii, nu a nărilor, cum recomandă „metoda” care circula sub numele Sf. Simeon Noul Teolog, în care se spune: „Strânge deci și tragerea aerului pe nări, ca să nu respiri ușor”. Sf. Grigorie Sinaitul spune că aceasta o făceau „cei neînvățați” (ἀμθεῖς). Se vede și de aici că „metoda” de sub numele lui Simeon a fost considerată chiar de Grigorie Sinaitul ca având expresii interpolate de cei neînvățați.



uitare, să umblăm afară din ele. Iar acestea sunt: înfrânarea, tăcerea și ocărârea de sine, adică smerenia. Căci acestea le cuprind pe toate celelalte și se păzesc una pe alta. Din ele se naște rugăciunea și crește neconținut. **Începutul harului, care vine din rugăciune la cei ce se îndeletnicesc cu ea, se arată în multe feluri, ca și împărțirea Duhului, care se face arătat și cunoscut după voia Lui, cum zice Apostolul (Evrei 2, 4).** El se arată și în noi, după pilda lui Ilie Tesviteanul. În unii vine ca duh de temere, surpând munții patimilor, zdrobind pietrele (3 Regi 19, 11), adică inimile învârtosite, încât cad de frică și trupul li se face ca mort. În alții se arată ca un cutremur (cum se spune în același loc), apoi ca o veselie, pe care Părinții au numit-o mai limpede și săltare. În cei dintâi se arată nematerial și ființial în cele dinăuntru; căci neființialul și neipostaticul nici nu este¹³. În alții, în sfârșit, Dumnezeu produce o adiere subțire și pașnică de lumină (cum se spune tot la locul acela), mai ales în cei ce au înaintat în rugăciune. În aceștia Hristos locuiește în inimă, după Apostol (Efeseni 3, 17), și Se arată tainic în Duh. De aceea a zis Dumnezeu către Ilie în muntele Horeb că Domnul

¹³ Harul se trăiește ca o iradiere din Persoana Cuvântului, deci din ființa Lui, nu ca ceva inconsistent, ca un accident fără temelie în Dumnezeu. Un har fără baza în ființa și în ipostasul Cuvântului nici n-ar exista.



nu este nici în vifor, nici în cutremur, adică în lucrările din parte din cei începători, ci în adierea subțire de lumină, arătând desăvârșirea rugăciunii¹⁴.

Ce va face cineva când dracul se preface în înger de lumină (2 *Corinteni* 11, 14) și amăgește pe om? Într-un asemenea caz, îi trebuie omului multă putere de deosebire ca să cunoască despărțirea între bine și rău. Deci, nu te încrede repede și cu ușurință în astfel de arătări, ci rămâi greoi și ține binele cu multă cercare, iar răul leapădă-l (1 *Tesalonicieni* 5, 21-22). Ești dator să cerci și să deosebești, și apoi să crezi. Cunoaște că roadele harului sunt vădite, și chiar dacă se preface, dracul nu poate să aducă blândețe, îngăduință, smerenie, ură față de lume, nici nu face să înceteze plăcerile și patimile. Toate acestea sunt roadele harului. Iar roadele aceluia sunt: înfumurarea, mândria cugetului, lașitatea și tot păcatul. Din roade poți cunoaște, așadar, lumina ce luminează în sufletul tău, dacă e a lui Dumnezeu sau a Satanei. Salata este asemenea măcrișului la vedere și oțetul asemenea vinului, dar gâtlejul le cunoaște din gustare și deosebește pe fiecare (*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 36, 18-19). Așa și sufletul, dacă are puterea de a

¹⁴ În adierea subțire de lumină se arată desăvârșirea rugăciunii, căci ea e semnul odihnei ferme a minții în Dumnezeu. Unde mai e vifor și agitație, sufletul încă nu s-a statornicit pe deplin în Dumnezeu.



deosebi, cunoaște din simțirea minții darurile Duhului Sfânt și nălucirile Satanei¹⁵.

Trebuie să știi însă că amăgirea începe din trei pricini: din mândrie, din pizma dracilor și din îngăduința povățuitoare a lui Dumnezeu. Iar pricinile acestora sunt: a mândriei, ușurătatea minții; a pizmei dracilor, sporirea; a îngăduinței lui Dumnezeu, păcatul.

Amăgirea care vine din mândria noastră și din pizma dracilor se tămăduiește ușor când omul se smerește. Dar cea care este din îngăduința lui Dumnezeu rămâne de multe ori până la moarte. Trebuie să mai știi și aceasta, că dracul mândriei prezice și prorocște multe celor ce nu iau aminte bine la inimă. De aceea tu, frate, să fii totdeauna gata pentru războiul dracilor. Și, de vezi arătându-se deodată vreo nălucire, să nu te tulburi; fie că vezi vreo sabie scoasă ca să te taie, fie vreun sfeșnic aprins ca să te ardă, fie vreo față sălbatică și urâtă de arap sau de balaur sau altceva de felul acesta, să nu te tulburi și să nu te înfricoșezi, ci stai cu curaj și mărturisește mărturisirea cea bună sau „lisuse Hristoase” și ușor vei vedea biruința și fuga și dispariția vrăjmașilor tăi.

¹⁵ Aici se termină textul paleogrec în *Filocalia* greacă (ed. III, vol. IV, pp. 80-88). În vol. V, acest text, împărțit de unele manuscrise românești în șapte capete, s-a repetat în limba neogreacă (pp. 90-103), dar are și următoarea continuare, pe care o traducem și noi în *Filocalia* românească.



Să mai știi și această viclenie pe care o săvârșesc de multe ori dracii. Ei se împart în două. Și unii vin asupra ta ca să te ispitească repede. Și dacă te văd cerând ajutor, alții se arată ca îngeri și alungă repede pe cei dintâi, și aceia se fac că s-au speriat și fug, ca să te înșele să te închini ca unor sfinți îngeri celor ce au alungat, chipurile, pe draci. De multe ori iarăși îți aruncă gânduri bune și te mișcă să te închini împotriva celor ce se arată ca să te ispitească sau să li te opui. Și când o faci, se prefac că au fost alungați de cuvântul tău și fug ca să te mândrești și să crezi că ai înaintat și ai început să biruiești gândurile și să alungi pe draci¹⁶.

Sfântul Grigorie Sinaitul

¹⁶ Partea aceasta e luată ca idee din Scară. De altfel, toată partea practică din Grigorie Sinaitul e influențată în mod principal de această scriere a lui Ioan Scărarul.

DESPRE RUGĂCIUNE ȘI LUARE-AMINTE¹

Cel ce se nevoiește pe calea virtuților trebuie să-și dea toată sânguința pentru a nu fi coborâtă înălțimea sufletului său prin răscoala patimilor. Căci, cum ar putea sufletul, pironit jos de plăcerea trupului, să privească spre lumina minții, înrudită cu el, cu un ochi liber? De aceea el trebuie, înainte de toate, să se nevoiască întru înfrânare, care e străjerul sigur al neprihănirii, și să se silească a nu lăsa mintea conducătoare să petreacă în gânduri necurate. E nevoie deci de toată sânguința omului dinlăuntru ca mintea să nu se împrăștie, ci să se pironească de ținta slavei lui Dumnezeu.

Aceasta, ca să scăpăm de judecata Domnului, Care zice: „Vai vouă, că sunteți asemenea mormintelor

¹ Extras din CALIST ANGELICUDE, *Despre rugăciune și luare-aminte*, în: *Filocalia*, 8, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 448-453. [n.ed.]



văruite, care pe din afară se arată frumoase, dar pe dinăuntru sunt pline de oasele morților și de toată necurăția. Așa și voi, pe din afară vă arătați oamenilor drepti, iar pe dinăuntru sunteți plini de fățărnicie și de fărădelege" (*Matei 23, 27-28*).

De aceea e nevoie de luptă grea, și aceasta după lege, cu inima, cu cuvântul și cu fapta, ca să nu primim în deșert harul lui Dumnezeu, ci, precum ceara ia forma lucrului întipărit în ea, așa și noi să dăm omului dinăuntru un chip după învățătura Domnului nostru Iisus Hristos, împlinind cu fapta cuvântul spus de Pavel. Căci zice acesta: „V-ați dezbrăcat de omul cel vechi, împreună cu faptele lui, și v-ați îmbrăcat cu cel nou, care se înnoiește cu cunoștință după chipul Celui ce l-a zidit pe el" (*Coloseni 3, 9-10*). Om vechi numește toate păcatele și toate închinăciunile deosebite la un loc. „Să dăm chip, zice, omului nou întru înnoirea vieții" (*Romani 6, 4*) până la moarte, ca să ne facem vrednici să zicem cu adevărat: „Nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine" (*Galateni 2, 20*).

E nevoie deci de multă sânguință și grijă neadormită, ca nu cumva, neîmplinind ceva din cele poruncite, nu numai să cădem de la o așa de mare răsplată, ci să ne și supunem unor așa de înfricoșate amenințări. Dar, când diavolul încearcă să uneltească și cu multă stăruință își suflă gândurile sale, ca pe niște săgeți



aprinse, în sufletul ce petrece în liniște și singurătate și îl aprinde dintr-o dată și preface amintirile celor odată aruncate de el în statornice și greu de împrăștiat, trebuie să scăpăm de aceste uneltiri prin trezvie și luare-aminte mai încordată, precum un atlet răstoarnă planurile vrăjmașilor prin paza cea mai atentă și prin agerimea trupului.

De asemenea, trebuie să dăm toată grija rugăciunii și chemării ajutorului de Sus pentru surparea vrăjmașului și pentru abaterea săgeților lui. Așa ne-a învățat Sfântul Pavel, zicând: „Peste toate luând pavăza credinței” și celelalte (*Efesenii* 6, 16). Căci când sufletul, moleșindu-și stăruința și încordarea cugetării, dă drumul amintirilor întâmplătoare ale unor lucruri la nimereală, atunci cugetul, purtat în chip nestrunit și nepriceput spre aceste amintiri și îndeletnicindu-se tot mai mult cu ele, schimbă unele închipuiri înșelătoare cu alte închipuiri înșelătoare și adeseori sfârșește în stricăciunea unor cugetări nerușinate și nesocotite.

Dar această nepăsare și împrăștiere a sufletului trebuie îndreptată și vindecată printr-o mai strânsă și mai încordată luare-aminte a cugetului, și acesta trebuie făcut să se îndeletnicească pururea cu cele bune. Căci înțeleptul adevărat, având trupul locaș sigur și cămară de cugetare pentru suflet, fie că se află în târg, fie în adunare, fie la munte, fie la câmp,



fie în mijlocul unei mari mulțimi, rămâne statornic în mânăstirea sa naturală, adunându-și mintea înlăuntru și cugetând la cele cuvenite lui. Fiindcă trândavul, chiar șezând acasă, poate rătăci în toate părțile prin gândurile de afară, iar cel ce se află în târg, dar veghează, e ca în pustie, întors numai spre sine și spre Dumnezeu și neprimind prin simțuri tulburările ce vin sufletului de la lucrurile văzute.

Drept aceea, cel ce se apropie de Trupul și Sângele lui Hristos, în amintirea Celui ce a murit și a înviat pentru noi (2 *Corinteni* 5, 15), trebuie nu numai să se curețe de toată întinăciunea trupului și a duhului (1 *Corinteni* 6, 11), ca să nu mănânce și să nu bea spre judecată (1 *Corinteni* 11, 20), ci să-și vadăască în sine limpede voința Celui ce a murit și a înviat pentru noi, prin aceea că nu se curăță numai de tot păcatul, ci și moare păcatului și lumii și viețuiește lui Dumnezeu (*Romani* 6, 11)². Dintre gândurile rele, unele nu intră deloc în sufletul nostru dacă ne îngrădim cu multă sânguință; altele se nasc înlăuntru și odrăslesc din pricina lenevirii noastre. Dar dacă punem mâna pe ele din vreme, le înăbușim degrabă și le îngropăm. Altele însă se nasc și cresc, și trec în faptele rele, și strică toată sănătatea sufletului

² Conținutul scrierii acesteia seamănă cu cea de mai înainte a lui Calist Tilicude. Dar se pare că e alcătuită din extrase din una mai mare, nu totdeauna bine legate între ele.



nostru când am ajuns la multă trândăvie. Dacă nu facem primul lucru, e bine să facem al doilea lucru, și anume ca gândurile ce au pătruns o dată să le alungăm degrabă și să nu le îngăduim să zăbovească mai mult, ca să nu ne facă lăuntru rău. Iar dacă ajungem cu trândăvia până aici, există, prin iubirea de oameni a lui Dumnezeu, o tămăduire și pentru această trândăvie, și multe leacuri a pregătit Bunătatea cea negrăită și împotriva unor astfel de răni.

Te îndemn deci, câtă vreme ești în trup, să nu dai drumul inimii. Căci, precum plugarul nu se poate încrede în vreun rod crescut în ogorul lui fiindcă nu se știe ce se va alege de el înainte de a-l închide în hambarele lui, așa nici omul nu poate da slobozenie inimii lui atâta vreme cât are suflare de viață. Și, precum omul nu știe ce patimă îi va ieși în cale până la ultima lui răsuflare, așa nu-i este îngăduit monahului să dea drumul inimii până mai are răsuflare; ci trebuie să strige pururea către Dumnezeu, cerând Împărăția și mila Lui. Căci, știind vicleanul sigur că cel ce se roagă fără împrăștiere lui Dumnezeu va putea izbândi multe, se silește să împrășteie mintea, folosind pricini întemeiate sau neîntemeiate. Dar noi, știind aceasta, să ne oștim împotriva dușmanului nostru; și, când stăm la rugăciune și plecăm genunchii, să



nu îngăduim nicidecum niciun gând să intre, nici alb, nici negru, nici din dreapta, nici din stânga, nici scris, nici nescris, afară de cererea către Dumnezeu și de iluminarea și de raza de lumină ce-i vine părții conducătoare a sufletului din cer³.

Dar de multă luptă și de multă vreme e nevoie în rugăciuni ca să aflăm starea netulburată a cugetului, care e ca un alt cer în inimă, unde locuiește Hristos⁴, precum zice Apostolul: „Nu știți că Hristos locuiește în noi?” (2 *Corinteni* 13, 5). De vrea cineva să vadă starea minții sale, să se păzească pe sine de toate gândurile, și atunci mintea sa se va vedea pe sine asemenea culorii cerești a safirului⁵. Nu va vedea însă mintea locul lui Dumnezeu în sine până nu se va ridica mai sus decât toate înțelesurile din lucruri, până nu se va dezbrăca de patimi, care o leagă prin înțelesuri de

³ Să nu lăsăm în vremea rugăciunii să intre în suflet nici gând alb, nici negru, nici scris, nici nescris, adică nici gând bun, nici rău, nici din vreo carte, nici auzit de la cineva. Să avem în minte numai cererea ce o adresăm lui Dumnezeu.

⁴ Cugetarea la Hristos în inimă e ca un cer boltit peste inimă, spre care privește inima, căci o vede ocupată cu Hristos. Dar cugetarea tulburată de tot felul de gânduri e ca un cer noros, în care nu se vede Hristos, sau apare pentru scurte momente și dispare iarăși. Propriu-zis ea nu mai e atunci un cer; căci nu mai are o transparență spre Hristos.

⁵ EVAGRIE, *Capete despre rugăciune*, 18, în: *Filocalia*, 1, p. 83.



lucrurile sensibile⁶. Și patimile le va alunga prin virtuți, iar gândurile simple, prin vederile duhovnicești. Și aceasta, iarăși, prin arătarea luminii însăși⁷.

Calist Angelicude

⁶ Mintea își câștigă transparența pentru Dumnezeu când se eliberează de toate gândurile lucrurilor, care o îngustează și-i acoperă ființa. Mintea eliberată de gânduri își descoperă nehotărnicia ei, adâncul ei fără hotar în Dumnezeu ca Cel nesfârșit, Care nu Se poate arăta decât în acest adânc potrivit Lui Însuși. Dumnezeu nu poate lua loc într-o minte îngustată, căci, în acest caz, e îngustat și El. Iar un Dumnezeu îngustat într-o noțiune scolastică nu mai e Dumnezeu. De aceea mintea, văzându-se pe sine așa cum este, vede în ea totodată pe Dumnezeu.

⁷ E folosită aici deosebirea pe care o face Sf. Maxim între gândurile simple ale lucrurilor și gândurile asociate cu o patimă, sau cu dorința de a avea acele lucruri, de a se îndulci de ele (*Capete despre dragoste*, III, 42-44, în: *Filocalia*, 2, p. 115). Patimile, ca forme ale egoismului, sunt alungate prin virtuțile ca forme ale renunțării la sine, iar gândurile simple ale lucrurilor, prin „contemplații” în Duh, care văd prin lucruri rațiunile dumnezeiești ale lor, ce depășesc chipurile lucrurilor. Dar mai sus decât ele este vederea luminii lui Dumnezeu însuși. Mai amintim că, pe câtă vreme patimile îngustează sufletul prin caracterul lor egoist, virtuțile îl largesc prin tendința lor de iubire a lui Dumnezeu și a semenilor.

RUGĂCIUNEA – MAICA TUTUROR VIRTUȚILOR

Despre fericita rugăciune, sfințita maică a tuturor virtuților, și despre înfățișarea văzută și gândită în vremea rugăciunii¹

[1] Rugăciunea este, după însușirea ei, însoțirea și unirea omului și a lui Dumnezeu, iar după lucrare, susținătoarea lumii. Este împăcare a lui Dumnezeu, maica lacrimilor și fiica lor, ispășirea păcatelor, pod de trecere peste ispite, peretele din mijloc în fața necazurilor, zdrobirea războaielor, lucrarea îngerilor, hrana tuturor ființelor netrupești, veselie ce va să vie, lucrarea fără margine, izvorul virtuților, pricinuitoarea harismelor

¹ Extras din Sf. IOAN SCĂRARUL, *Scara dumnezeiescului urcuș*, XXVIII, în: *Filocalia*, 9, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 461-477. [n.ed.]



(a darurilor), sporirea nevăzută, hrana sufletului, luminarea minții, securea deznădejdiei, dovedirea nădejdiei, risipirea întristării, bogăția călugărilor, vistieria sihaștrilor, micșorarea mâniei, oglinda înaintării, arătarea măsurilor, vădirea stării dinlăuntru, descoperirea celor viitoare, semnul slavei. **Rugăciunea este celui ce se roagă cu adevărat tribunal, dreptar și scaun de judecată al Domnului, înaintea scaunului Judecării viitoare.**

[2] Ridicându-ne în picioare, să ascultăm pe această împărăteasă a virtuților strigând și grăind cu glas înalt către noi: „Veniți la mine toți cei osteniți și împovărați, și eu vă voi odihni pe voi. Luați jugul meu asupra voastră și veți avea odihnă și vindecare rănilor voastre. Că jugul meu este blând” (*Matei* 11, 29) și tămăduitor al unor mari greșeli².

² În aceste rânduri se identifică rugăciunea cu Iisus Însuși. Aceasta se explică din faptul că rugăciunea este „însoțire” (συνουσία – amestecare) atât de deplină a sufletului cu Dumnezeu, că nu se mai poate deosebi în ea lucrarea omului de lucrarea lui Dumnezeu, nici subiectul omenesc de Subiectul dumnezeiesc. Aceasta desigur, când rugăciunea e concentrată întreagă spre Dumnezeu, cu uitarea tuturor celorlalte gânduri. Căci orice gând fiind numai al nostru, sau al nostru și al celui rău, ne desparte de Dumnezeu. **Iisus Se roagă în rugăciunea noastră și noi ne rugăm în rugăciunea Lui, sau, mai precis, Duhul lui Iisus.** De aici sentimentul că în rugăciune ne aflăm înălăuntrul lui Dumnezeu, ca într-un adăpost liniștitor. În rugăciune, pe de o parte, vorbim cu Dumnezeu, pe de alta, Dumnezeu vorbește în noi cu El Însuși. Prin aceasta în ea suntem și uniți cu Dumnezeu și neconfundați cu El. Prin ea cerem și primim, sau avem în același



[3] Cei ce pornim ca să ne înfățișăm înaintea Împăratului și să vorbim cu El să nu facem drumul nepregătiți, ca nu cumva, văzându-ne de departe că nu avem arme și haine cuvenite înfățișării înaintea Lui, să poruncească slujitorilor și dregătorilor Lui să ne lege și să ne arunce departe de la fața Lui, iar cererile noastre să le rupă și să ni le azvârle în față.

[4] Când pornești să te înfățișezi înaintea Domnului, să-ți fie haina sufletului țesută întreagă din firele, mai bine zis din zalele, nepomenirii răului. Căci de nu, cu nimic nu te vei folosi. Să-ți fie țesătura cererii tale simplă, neîmpestrită în chip felurit. Căci, cu un singur cuvânt, vameșul și fiul risipitor L-au împăcat pe Dumnezeu cu ei.

[5] Una este înfățișarea celor ce se roagă, dar în același timp, felurită și deosebită. Unii se înfățișează ca unui Prieten și Stăpân, aducându-l lauda și cererea pentru alții și nu pentru ei. Alții vin să ceară bogăție și slavă și îndrăzneală mai multă; alții se roagă să fie desăvârșit izbăviți de dușmanii lor. Unii cer să capete o oarecare dregătorie; alții, desăvârșita scăpare de vreo datorie; alții, eliberarea din închisoare; alții, iertarea de niscai vinovății.

timp darul și puterea lui Dumnezeu. Aici își arată eficiența concretă faptul că Dumnezeu este și Tată și Fiu, sau Duh Sfânt; sau Fiu făcut om și având unit cu Sine pe Duhul Sfânt; Fiu unit prin întrupare cu noi și având în Sine ca om, și deci și noi în unire cu El, pe Duhul Sfânt.



[6] **Înainte de toate să punem pe hârtia rugăciunii noastre o mulțumire sinceră.** În al doilea rând, mărturisirea și zdrobirea sufletului într-o multă simțire. Apoi să facem cunoscut Împăratului toată cererea noastră. Chipul mai înainte arătat al rugăciunii noastre e cel mai bun, precum s-a spus unui frate oarecare de către îngerul Domnului.

[7] Dacă te-ai făcut vreodată vinovat față de judecătorul văzut, nu vei avea nevoie de alt chip în înfățișarea rugăciunii tale, iar dacă nu te-ai înfățișat nici tu vreodată și n-ai văzut nici pe alții cercetați, învață aceasta din rugămintea celor bolnavi în fața doctorilor, când e să li se taie și să li se ardă vreo rană.

[8] **Nu face pe deșteptul în cuvintele rugăciunii tale!** Căci gânguritul simplu și nemeșteșugit al copiilor a înduioșat pe Tatăl lor Cel din ceruri³.

[9] Nu te porni la vorbărie, ca nu cumva prin căutarea cuvintelor să ți se împrăștie mintea. Un cuvânt al vameșului a făcut pe Dumnezeu îndurător și un cuvânt spus cu credință a mântuit pe tâlhar. **Multa vorbire în rugăciune pricinuiește minții năluciri și împrăștiere, iar un singur cuvânt o adună.**

³ „Nu trebuie să se facă vorbărie sau să se spună deodată multe în rugăciune, ci să se spună un singur lucru, sau aceleași lucruri de multe ori.” La Veniamin Costache se mai dă și cap. 61 din DIADOH, în: *Filocalia*, 1, pp. 358-359.



[10] Când simți dulceață sau străpungere în rugăciune, rămâi în acea stare. Căci atunci se află cu noi păzitorul care se roagă împreună cu noi⁴.

[11] Nu fi îndrăzneț, chiar dacă ai dobândit curăția. Mai degrabă apropie-te întru multă smerită cugetare și mai multă îndrăznire vei avea⁵.

[12] **Chiar de ai urca toată scara virtuților, roagă-te pentru iertarea păcatelor**, auzind pe Pavel care strigă că dintre păcătoși „cel dintâi sunt eu” (1 Timotei 1, 15).

[13] **Îndulcesc bucatele untdelemnul și sarea; înari-pează rugăciunea smerenia și lacrima.**

[14] De te vei îmbrăca în toată blândețea și nemânieră, nu te vei obosi mult ca să slobozești mintea ta din robie⁶.

[15] Până ce n-am dobândit rugăciune vădită, ne asemănăm celor ce deprind pruncii la început să umble⁷.

⁴ Îngerul păzitor sau Sfântul Duh.

⁵ E cunoscută „îndrăznirea” sfinților în rugăciune. Dar ea e deosebită de îndrăzneala obraznică. Ea e îndrăznirea încrederii în iubirea lui Dumnezeu.

⁶ Din robia gândurilor.

⁷ „Căci precum cei ce deprind pe prunci, când aceștia înaintează puțin și cad, îi ridică iarăși și-i învață să pășească mai mult, așa și noi îndreptăm mintea noastră, care în rugăciune cade din ațintirea la Dumnezeu și o ridicăm iarăși, până ajunge de nu mai cade.”



[16] Luptă să ridici, mai bine zis să închizi, cugetarea în cuvintele rugăciunii, iar dacă, slăbind pentru pruncia ei, cade, ridic-o iarăși. Căci e proprie minții nestatornicia, dar e propriu lui Dumnezeu s-o poată statornici⁸.

[17] De ai dobândit nevoința neîntreruptă, va veni în tine Cel ce, închizând între țărături marea minții, îi spune în rugăciune: „Vino până aici și să nu treci de aici”⁹.

[18] Nu poate fi legat duhul. Dar unde e Ziditorul duhului, toate se supun lui¹⁰.

[19] Dacă ai vedea vreodată Soarele cum se cuvine, ai putea să și vorbești cu El după cuviință. Iar de nu, cum poți să te apropii de El în chip nemincinos, odată ce nu-L vezi?¹¹

⁸ Dumnezeu o fixează în Sine, pentru că îi deschide infinitatea Sa minunată, în care mintea are totul.

⁹ Dumnezeu închide marea minții între țărăturile sale, căci nu o lasă să vagabondeze, zbuciumându-se în tot felul de alte gânduri. Dar între aceste țărături își află ea adâncimea nesfârșită. Dacă trece peste ele, apele în care se mișcă își pierde adâncimea.

¹⁰ Duhul nu e ca obiectele materiale, care se mișcă după aceleași legi rămânând în structura lor finită. Duhul e libertate și puțință de a porni în orice direcție. Dar Creatorul duhului e Duhul suprem, în Care se poate mișca în toată libertatea și Care susține toată libertatea, căci în El sunt toate și El este izvorul a toată libertatea. Și fiindcă numai în El sunt toate, toate se mișcă în El, și, mai ales, duhul omului care L-a găsit rămâne în El și în El și-a găsit izvorul libertății depline.

¹¹ „Dumnezeu este «Soarele dreptății», precum s-a scris, din Care pornesc toate razele luminoase ale bunătății. Iar sufletul se poate



[20] Începutul rugăciunii alungă, printr-un singur gând (μονολογίστως), atacurile de la începuturile lor; la mijlocul ei, cugetarea se statornicește în cele spuse și gândite, iar desăvârșirea ei este răpirea la Dumnezeu¹².

[21] **Alta este bucuria ce se naște din rugăciune în cei ce petrec în obște și alta, cea care se ivește în cei ce se roagă îndeletnicindu-se cu liniștirea.** Cea dintâi e amestecată poate cu închipuiri; cea de a doua se umple întreagă de smerită cugetare.

[22] De deprinzi mintea să nu se depărteze niciodată, îți va fi aproape chiar și când te afli la masă. Iar dacă rătăcește neîmpiedicată, nu va putea să rămână niciodată lângă tine.

[23] Marele lucrător al mării și desăvârșitei rugăciuni zice: „Voiesc să spun cinci cuvinte cu mintea mea” și

face, prin voință, sau ceară, când e iubitor de Dumnezeu, sau lut, când e iubitor de cele materiale. Precum deci lutul e uscat prin fire de către soare, iar ceara se înmoaie în chip firesc, așa și tot sufletul iubitor de cele materiale și lumești: când e muștrat de Dumnezeu se învârtosează prin împotrivirea cu voia, ca lutul, și se pornește pe sine, ca Faraon, spre pieire. Dar cel iubitor de Dumnezeu se înmoaie ca ceara și, primind formele și trăsăturile dumnezeiești, se face locașul lui Dumnezeu în Duh.” Duhul omului, regăsindu-și viața lui, își regăsește elasticitatea și fluiditatea libertății prin fluiditatea libertății Duhului suprem.

¹² La început, rugăciunea și mintea alungă chipurile ispititoare prin singurul gând de a se ruga lui Dumnezeu; după aceea, se gândește la grija lui Dumnezeu pentru noi sau la conținutul cuvintelor rugăciunii; la vârful ei, uită și de acestea și e răpită la Dumnezeu însuși, ca Subiect iubitor infinit și atotcuprinzător.



cele următoare (1 *Corinteni* 14, 19). Celor mai prunci cu duhul acest lucru le este străin. De aceea noi, ca niște nedesăvârșiți, căutăm felurimea și cantitatea în rugăciune. Dar felul al doilea e pricinuit al celui dintâi¹³. Căci se spune: „Dă rugăciune curată celui ce se roagă” fără pregetare în chip întinat și cu osteneală.

[24] Altceva este întinăciunea rugăciunii și altceva e pieirea ei; și altceva, furarea și altceva, prihănirea ei. Întinăciunea ei este a sta înaintea lui Dumnezeu și a năluci gânduri necuvenite; pieirea este a se robi de griji nefolositoare. Furarea este împrăștierea cugetării pe nesimțite; prihănirea este un atac oarecare ce se apropie de noi.

¹³ „Osteneala trupească este foarte folositoare celor începători și nedesăvârșiți în vârsta duhovnicească. Celor desăvârșiți le este de prisos, ca unora ce le ajunge să lucreze numai cu mintea și cu partea fără formă a sufletului. Cei prunci (duhovnicește, *n. trad.*) au nevoie de metanii și de îndelungată întindere a mâinilor și de starea în picioare de toată noaptea și de altele, ca să se obișnuiască mintea la rugăciune împreună cu trupul. Iar celor desăvârșiți le ajunge lucrarea minții, ca unora ce au dobândit rugăciunea neîncetată și neconținută, deși la înfățișare nu sunt văzuți de noi făcând aceasta.” La început trebuie să ne obosim săvârșind gesturile trupești ale rugăciunii: metanii, întinderea mâinilor spre cer, rostirea cuvintelor. Acestea atrag și mintea mai mult la rugăciune și întăresc simțirea ei de rugăciune, până ce ea, obișnuindu-se, poate să săvârșească și singură rugăciunea cu luare-aminte, nefurată de gânduri. Nu numai sufletul înrăurește trupul, ci și invers. Căci, în oarecare măsură, chiar la gesturile ce par foarte trupești participă și sufletul. Odată cu mâinile întinse spre cer se întinde și mintea; odată cu plecarea trupului în metanii se pleacă și mintea în fața măririi lui Dumnezeu.



[25] De nu suntem singuri în vremea stării la rugăciune, să dăm un chip lăuntric acestei stări. Iar de nu sunt de față slujitorii laudelor, să dăm și înfățișării din afară chipul rugăciunii. Căci în cei nedesăvârșiți, de multe ori, mintea ia chip comun cu cel al trupului.

[26] Toți, dar mai mult cei ce se duc la împăratul ca să primească iertarea datoriilor, au nevoie de o zdrobire negrăită.

[27] De ne aflăm încă în închisoare, să urmăm lui Petru și „să ne încingem cu șorțul” ascultării, să ne dezbrăcăm de nevoile noastre și să ne apropiem, goi de acestea, de Domnul în rugăciune (sunt îmbinate *Ioan* 21, 18 și *Faptele Apostolilor* 12, 8, *n. trad.*), cerând să se facă numai voia Lui. Și atunci vei primi pe Dumnezeu de cârmaci al sufletului tău, ca să te cârmuiască fără primejdie.

[28] Sculându-te din iubirea de lume și de plăceri, aruncă grijile. Dezbracă-te de gânduri, leapădă-te de trup. Căci **rugăciunea nu e nimic altceva decât înstrăinarea de lumea văzută și nevăzută.** „Că ce-mi este mie în cer?” (*Psalmii* 72, 24). Nimic! „Și ce am voit de la Tine pe pământ?” (*Psalmii* 72, 24). Nimic, decât să mă lipesc de Tine neîmprăștiat în rugăciune! Unii doresc bogăție, alții, slavă, alții, agoniseală. „Iar dorul meu este să mă lipesc de Tine, să-mi pun în Tine nădejdea” nepătimirii mele (*Psalmii* 72, 27).



[29] **Credința înaripează rugăciunea**, căci fără ea nu se poate zbura la cer.

[30] Cei împătimiți să cerem cu stăruință pe Domnul. Căci toți cei neîmpătimiți au înaintat la nepătimire din împătimire¹⁴.

[31] Deși judecătorul nu se teme de Dumnezeu ca Dumnezeu, dar pentru că sufletul din el, văduvit prin păcat și cădere, îi pricinuieste supărări, îi face dreptate împotriva dușmanului lui, trupul, și a duhurilor care-l războiesc (*Luca* 18, 5)¹⁵.

[32] Pe cei recunoscători, Bunul nostru Chivernisitor îi atrage prin împlinirea grabnică a cererii spre dragostea Lui; dar sufletele nerecunoscătoare ale câinilor le face să șadă, din foamete și din setea după împlinirea cererii lor, lângă El prin rugăciune. Căci câinele nerecunoscător, îndată ce primește pâinea, se depărtează de la cel ce i-a dat-o¹⁶.

¹⁴ Numai în Dumnezeu cel nepătimitor, Cel desăvârșit liber putem avea și noi nepătimirea, sau libertatea deplină de orice robie a păcatului, a pornirilor păcătoase.

¹⁵ Sufletul în grecește e feminin (ψυχή), deci poate fi asemănat cu o văduvă. Trupul e ambigen, deci la singular e masculin. Sufletul devenit văduv prin păcat, căci a fost părăsit de Dumnezeu, adevăratul lui bărbat, e mereu nedreptățit de trup.

¹⁶ „Din iconomie, Dumnezeu nu dăruiește repede celor ce cer darurile. Căci, primindu-le, aceștia uită îndată pe Cel ce le-a dat. «A mâncat Iacob» și cele următoare (*Psalmii* 78, 7); și: «A șezut poporul să mănânce și să bea și s-a sculat să joace» (*Ieșirea* 32, 6). Cuvântul



[33] Nu zice că, zăbovind mult timp în rugăciune, n-ai dobândit nimic, căci iată ai și dobândit. Căci ce bine mai înalt este ca acela de a fi fost lipit de El și de a fi stăruit neîntrerupt în unirea cu El?¹⁷

[34] Nu se teme cel osândit de executarea pedepsei lui, atâta cât se teme cel ce îngrijește de rugăciune de starea la rugăciune. De aceea, de este cineva înțelept și ager la minte, poate lepăda, gândindu-se la ea, toată defăimarea și mânia și grija și ocupația și necazul și săturarea și gândul și ispita¹⁸.

[35] **Pregătește-te pentru rugăciunea neîncetată din suflet spre ridicare la rugăciune și vei înainta degrabă¹⁹.**

despre rugăciune al Scărarului e aspru și concret, ca toată scrierea lui, nu e o descriere frumoasă a stării de răpire în frumusețile negărite ale lui Dumnezeu.”

¹⁷ A Sfântului Isaac: „De ceri lui Dumnezeu un lucru și te supune la multă răbdare, întrucât nu te ascultă repede, nu te întrista. Căci nu ești tu mai înțelept ca Dumnezeu. Aceasta ți se întâmplă fie pentru că ești nevrednic să primești ceea ce ceri, fie pentru că nu sunt căile inimii tale pe potriva cererilor tale, ci dimpotrivă, fie pentru că n-ai ajuns la măsura de a primi darul ce-l ceri. Căci nu trebuie să te întinzi la măsuri mari înainte de vreme, ca să nu fie disprețuit darul lui Dumnezeu prin repeziciunea cu care l-ai primit. Căci tot ce se dobândește ușor se și pierde repede. Iar tot lucrul aflat cu ostenală se și păzește cu multă străjuire”.

¹⁸ Aceasta înseamnă a te ruga neîncetat.

¹⁹ E rugăciune neîncetată cea care se deapănă în minte. Dar deosebită de ea e ridicarea sau starea sărbătorească la rugăciune. Scărarul, în acest „Cuvânt”, face mereu deosebirea între ele.



[36] Am văzut pe unii care străluceau în ascultare și se îngrijeau cu toată puterea de pomenirea lui Dumnezeu cu mintea, ridicându-se la rugăciune dintr-o dată și înălțându-se deasupra minții lor degrabă și vărsând șiroaie de lacrimi²⁰; căci se pregătiseră prin cuvioasa ascultare.

[37] Cântării împreună îi urmează robiri și împrăștieri, dar nu se întâmplă aceasta cu rugăciunea cântată de unul singur²¹. Căci pe aceasta o războiește lenea, pe când celei dintâi îi ajută râvna.

[38] Iubirea ostașului față de împărat o arată războiul; iubirea călugărului față de Dumnezeu o arată vremea rugăciunii și starea la rugăciune. **Starea ta launtrică ți-o arată rugăciunea.** Căci teologii (cuvântătorii de Dumnezeu, *n. trad.*) au socotit-o pe aceasta oglinda călugărului.

[39] Cel ce se îndeletnicește cu vreun lucru, dacă, venind ceasul rugăciunii, continuă să se ocupe cu el, e de batjocura dracilor. Căci scopul furilor e să fure rugăciunea, ceas de ceas, de la noi.

Ridicarea sau starea la rugăciune e ca Liturghia de Duminică față de rugăciunile și slujbele de toate zilele.

²⁰ **Rugăciunea neîncetată se face ținând neîncetat pomenirea lui Dumnezeu în minte.** Dar starea sau ridicarea la rugăciune este ridicarea chiar și peste minte, este uitarea de sine a omului și răpirea la Dumnezeu, în desăvârșită iubire de El.

²¹ Ed. 1970: „Adică celei de unul singur”. PG: „Cea care, îndeosebi, precum am cunoscut eu din cercare, e războită de mii de patimi”.



[40] Nu refuza, când ți se cere să te rogi pentru un suflet, chiar dacă n-ai dobândit rugăciunea. Căci credința celui ce o cerea pe aceasta a mântuit de multe ori pe cel ce se roagă cu zdrobire de inimă²². Nu te înălța dacă te-ai rugat pentru altul și ai fost ascultat, căci credința lui a lucrat și a izbutit²³.

[41] Oricărui copil i se cere de învățător în fiecare zi, neîncetat, să spună ceea ce a învățat de la el. Oricărei minți i se va cere cu dreptate, în fiecare rugăciune, puterea ce a primit-o de la Dumnezeu²⁴.

[42] Când te rogi cu trezvie, ești mai repede împins spre mânia. Căci acesta este scopul vrăjmașilor²⁵. Să împlinim toată virtutea, dar mai mult rugăciunea cu multă simțire. Dar sufletul se roagă întru simțire când se ridică mai presus de mânia.

²² Nu numai cel pentru care ne rugăm câștigă, ci și noi câștigăm din aceasta; încrederea aceluia în rugăciunea noastră ne obligă și ne dă putere să fim vrednici de ea.

²³ Credința celui pentru care ne rugăm lucrează și în rugăciunea noastră pentru el. Credința nu lucrează numai în cel ce o are, ci se comunică și altora, ca în vasele comunicante. Preotul slujitor câștigă și el din credința credincioșilor, a membrilor preoției generale.

²⁴ **Chiar în timpul rugăciunii ni se dă de la Dumnezeu puterea rugăciunii.** Ni se dă, ca să arătăm lui Dumnezeu că o folosim. **El vrea să se roage cu noi și în noi.** Să ne asociem Lui în această rugăciune, făcând-o rugăciunea noastră. Să nu lăsăm pe Dumnezeu să lucreze fără efect asupra noastră.

²⁵ Râvna noastră la rugăciune o întoarce vrăjmașul spre mânia împotriva vreunor frați sau împrejurări care ne întrerup.



[43] Numai cele agonisite cu multe cereri și în timp îndelungat ne rămân statornice. Cel ce a câștigat pe Domnul nu-și mai spune sieși în rugăciune scopul ei. Căci atunci Duhul Se roagă pentru el cu suspine negăite (*Romani* 8, 26)²⁶.

[44] Nu primi în rugăciune nicio nălucire a simțurilor, ca să nu suferi vreo ieșire din minți²⁷.

[45] Încredințarea împlinirii oricărei cereri se ivește chiar în rugăciune. Iar încredințarea este izbăvirea de îndoială. Încredințarea este vădirea neclintită a ceea ce nu este vădit.

[46] **Îngrijindu-te de rugăciune, fă-te foarte milostiv.** Căci în ea călugării vor lua cele însutite. Iar ceea ce urmează se va spune în ceea ce urmează²⁸.

²⁶ „Lărgită fiind mintea atunci de har și înaintând spre Cel ce dă celor ce se roagă rugăciune, și insuflată fiind de El, nu se mai ocupă cu cuvintele rugăciunilor rostite de ea. Cuvintele despre cele ce le cearcă cu lucrul le trece cu vederea, câștigând, din cantitate, calitate.”

²⁷ „Rugându-te, zice, nu aseamăna cele dumnezeiești cu vreun lucru supus simțurilor, ca să cazi din dreapta judecată.”

²⁸ „Ți-ai închis inima spre facerea celor bune, voi închide și Eu sânul odihnei în vremea pedepsirii tale.” Ed. 1970: „Cel milostiv, zice, va lua daruri însutite în rugăciune; iar ceea ce urmează, adică «va moșteni viața veșnică», va lua în viața viitoare.” PG, alta: „De ce plângi, rugându-te? Căci tu, văzând lacrimile săracului, nu te milostivești”. Alta: „Cum te va milui Dumnezeu? **Aripa rugăciunii e milostenie.** De nu vei face aripă rugăciunii tale, nu se va urca la înălțime. Iar când rugăciunea ta va fi înaripată, va zbura la cer. Căci precum flacăra,



[47] Venind foc în inimă, a înviat rugăciunea. Iar sculându-se aceasta și înălțându-se la cer, s-a făcut coborârea focului în foișorul sufletului²⁹.

[48] Spun unii că rugăciunea e mai mare decât aducerea aminte de moarte. Iar eu le laud ca pe două firi ale unui unic ipostas³⁰.

[49] Calul încercat, cu cât înaintează, cu atât se înfierbântă și sporește în alergare. Prin *alergare* înțeleg cântarea și prin *cal*, mintea bărbătească. Aceasta adulmecă de departe războiul și, pregătită fiind, rămâne cu totul neclintită.

[50] Urât lucru este să răpești apa de la gura însetatului. Dar mai urât este ca sufletul ce se roagă cu străpungere să se lipsească pe sine, înainte de sfârșitul acesteia, de mult dorita stare la rugăciune.

[51] Să nu sari (din rugăciune) până ce nu vei vedea focul și apa încetând prin economie. Căci nu vei primi un timp ca acesta pentru iertarea păcatelor în toată

dacă nu are untdelemn, se stinge, la fel rugăciunea, dacă nu are milostenie, pierе”.

²⁹ „Foc numește, aici, dorul dumnezeiesc care, aprinzându-se în inimă, face mintea să se înalțe la cer; și, ca urmare, în foișorul sufletului acestuia, sau în cugetul înălțat peste cele pământești, Se coboară Duhul dumnezeiesc, cum S-a coborât și peste Apostoli în chip sensibil.”

³⁰ „Amândouă (adică rugăciunea și pomenirea morții) fac sufletului bine și îi însuflă străpungerea dumnezeiască.”



viața ta³¹. Cel ce a gustat rugăciunea și și-a întinat de multe ori mintea cu un cuvânt greșit din neatenție³², stând la rugăciune, nu află de obicei pe Cel dorit.

[52] Altceva este a supraveghea mai des inima și altceva, a conduce inima prin mintea care stăpânește și aduce, ca arhiereu, jertfe raționale lui Hristos³³. Pe cei dintâi, cum zice unul din cei ce s-au împărtășit de numele de *teolog*, venind focul cel sfânt și mai presus de ceruri, îi arde pentru nedeplinătatea curăției; pe

³¹ „Să nu te desparți de rugăciune, până ce lacrimile de Dumnezeu mișcate și focul străpunerii nu se vor opri, din iconomia harului, pentru mândrie. Că nu știi dacă altă dată vei mai dobândi în toată viața ta vreo astfel de stare la rugăciune, pricinuitoare a iertării păcatelor.”

³² Ed. 1970: „Poate un cuvânt de laudă sau un cuvânt urât, cum socotesc.”

³³ „Altceva este a se înțelege și privi pe sine însuși, și altceva, a fi supraveghetor (episcop) și stăpânitor al patimilor, care e cu mult mai mult decât primul lucru.” „Mintea este conducătoare (ἄρχων) când călăuzește bine cele ale sale și din jurul său, sau puterile sufletului și simțurile trupului. Și este arhiereu, când aduce înțeleșurile curate și nepătate pe altarul dumnezeiesc, prin rugăciune. E propriu conducătorului să călăuzească cele dinlăuntru; și arhiereului, să supravegheze neconținut și cele din afară și cele dinlăuntru.” Ideea acestor cuvinte e luată de la Sfântul MARCU ASCETUL, *Despre Botez*, în: *Filocalia*, 1, p. 294. Toate rațiunile lucrurilor sunt dăruite de Dumnezeu subiectelor create, ca ele să le aducă, la rândul lor, jertfe curate lui Dumnezeu, după ce și le-au însușit; să le aducă unite cu recunoștința și lauda Lui, prin rugăciune. Aceasta e liturghia neîncetată a minții: luare la cunoștință a rațiunilor celor create și recunoașterea obârșiei lor în Dumnezeu și mulțumirea pentru ele. În aceasta constă rugăciunea.



ceilalți îi luminează, pentru măsura desăvârșirii la care au ajuns³⁴. Căci Același se numește foc mistuitor și lumină luminătoare. De aceea unii, ieșind din rugăciune, sunt ca unii ce ies dintr-un cuptor de foc, simțind ca o ușurare de o murdărie și de cele materiale. Alții sunt ca luminați de o lumină și îmbrăcați în veșmântul smereniei și al veseliei. Iar cei ce ies din rugăciune neîmpărtășiți de aceste două lucrări se roagă în chip trupesesc, ca să nu spun iudaic. Dacă un trup ce se atinge de un alt trup se preschimbă prin lucrarea aceluia, cum nu se va preschimba cel ce se atinge de Trupul lui Dumnezeu cu mâini nevinovate?³⁵

[53] Trebuie să privim la Preabunul nostru Împărat cum privim la împăratul de pe pământ. Căci și acesta dăruiește darurile sale ostașilor săi uneori prin sine însuși, alteori printr-un prieten, alteori printr-un slujitor, și alteori și într-un chip neștiut. Deci așa ne dăruiește și veșmântul smereniei, potrivit nouă.

[54] Precum împăratul pământesc privește cu scârbă la cel ce stă în fața lui, dar își întoarce fața de la el și vorbește cu dușmanii stăpânului, așa privește cu

³⁴ Poate fi vorba de două feluri de rațiuni ale lucrurilor pe care și le însușește omul. Pe cele murdărite de pofta omului le arde Duhul Sfânt, curățindu-le; pe cele curate le luminează și mai mult.

³⁵ „Vorbește de Sfânta Taină a Împărtășaniei.”



scârbă și Domnul la cel ce stă înaintea Lui în rugăciune și primește gânduri necurate³⁶.

[55] Alungă cu arma pe câinele ce se apropie; și de câte ori se obraznicește din nou, nu-l îngădui!³⁷

[56] Cere prin plâns, caută prin ascultare, bate prin îndelungă-răbdare! „Că cel ce cere (astfel) va lua și cel ce caută va afla și celui ce bate i se va deschide” (*Luca* 11, 10). Păzește-te să nu te rogi oricum pentru o femeie în rugăciunea ta, ca nu cumva să fii jefuit din partea dreaptă³⁸.

[57] Nu căuta să mărturisești faptele trupești cu de-amănuntul, așa cum sunt, ca să nu te ispitești tu însuși.

[58] Să nu ți se facă ție **vremea rugăciunii** vreme sau ceas al unor cugetări trebuincioase, sau al unor lucruri duhovnicești. Iar de nu, vei fi jefuit de ceea ce e mai bun³⁹.

³⁶ Gândurile necurate la care ia cineva aminte în rugăciune nu stau prin ele însele, ci sunt ale dușmanilor lui Dumnezeu. Nu există gânduri fără un subiect care le gândește. Deci prin acele gânduri cel ce se roagă stă de vorbă cu dușmanii lui Dumnezeu, care sunt subiectele acelor gânduri.

³⁷ „Câine numește pe dracul care, printr-un pretext oarecare, fură mintea din rugăciune. Acesta trebuie alungat cerându-se ajutorul lui Dumnezeu.”

³⁸ Să nu fii jefuit de curăție chiar prin fapta bună a rugăciunii. Și aceasta ți se poate întâmpla când, rugându-te de exemplu pentru o femeie, te gândești cu poftă la ea.

³⁹ Nu te lăsa ispitit să rezolvi probleme necesare, sau chiar să cugeți la lucruri duhovnicești în vremea rugăciunii. Aceasta înseamnă



[59] Cel ce ține neîncetat toiagul rugăciunii nu se poticnește. Și chiar de i s-ar întâmpla aceasta, nu va cădea de tot. Căci rugăciunea este stăpânitoarea binecredincioasă de la Dumnezeu. Folosul ei se dovedește prin biruirea împiedicărilor drăcești ce ni se întâmplă în timpul adunărilor (slujbelor de obște, *n. trad.*), iar rodul ei, prin înfrângerea vrăjmașului. „Că întru aceasta am cunoscut că m-ai voit pe mine, că nu se va bucura vrăjmașul meu de mine” (în vremea războirii, *n. trad.*; *Psalmii* 40, 11). „Strigat-am – zice psalmistul – din toată inima mea” (*Psalmii* 118, 10) cu gura, cu sufletul și cu duhul. Căci „unde sunt cei doi de pe urmă adunați, acolo e și Dumnezeu în mijlocul lor” (*Matei* 18, 20).

[60] Nici cele trupești, nici cele duhovnicești nu le au toți la fel. Unora li se potrivește mai mult cântarea repede, altora, cea mai domoală. Cei dintâi se apără de robire, ceilalți se luptă cu lipsa de învățătură⁴⁰.

[61] Dacă te rogi neîntrerupt Împăratului împotriva vrăjmașilor tăi, când vor veni asupra ta, îndrăznește,

să te lași furat de la rugăciune. Aceasta nu stă în contradicție cu aducerea rațiunilor cunoscute ale lucrurilor lui Dumnezeu, odată cu mulțumirea pentru ele, nici cu amintirea recunoscătoare a ceea ce a făcut Dumnezeu pentru tine și pentru lume.

⁴⁰ Ed. 1970: „Cei ce cântă mai repede fac aceasta ca să nu fie furați de alte gânduri; cei ce cântă mai rar, ca să nu spună cum nu trebuie cuvintele, din lipsa de învățătură. Dar tuturor cea mai bună le e măsura și în privința timpului.”



căci nu vei obosi; că se vor depărta de la tine degrabă. Fiindcă nu voiesc nelegiuirile să te vadă luând cununa în lupta cu ei prin rugăciune. Pe lângă aceasta vor fugi, biruiți de rugăciune, ca de foc.

[62] Agonisește toată bărbăția și vei avea pe Dumnezeu ca învățător al rugăciunii⁴¹.

[63] Nu e cu putință a învăța să vezi prin cuvânt, ci vederea ține de fire. Nici frumusețea rugăciunii nu se cunoaște prin învățătura altuia. Căci ea are de la sine învățător pe Dumnezeu, Care învață pe om cunoștința și dă celui ce cere rugăciunea⁴² și binecuvântează anii celor drepecți. Amin.

Sfântul Ioan Scărarul

⁴¹ „Nu are nevoie, zice, de dascăl în rugăciune, ci de râvna sa proprie, pentru care însuși Dumnezeu i Se face dascăl. Căci **pe cel ce se roagă după lege și cu râvnă Dumnezeu îl învață prin iluminare și-i face mintea neclintită și-l izbăvește de robie.**” Alta, a Sfântului Maxim: „Cel ce iubește pe Dumnezeu cu adevărat se roagă neîmprăștiat. Cel ce se roagă neîmprăștiat lui Dumnezeu iubește pe Dumnezeu. Nu se roagă neîmprăștiat cel ce are sufletul alipit de cele pământești. Deci nu iubește pe Dumnezeu cel ce are mintea legată de cele omenești prin împătımire.”

⁴² „**Dumnezeu dă celui ce cere rugăciunea.**” Nu se poate ști cine începe mai întâi: cel ce se roagă sau Dumnezeu, Care dă puterea să se roage celui ce se roagă.

PUTEREA, FELURILE ȘI HOTARUL RUGĂCIUNII

Despre felurita putere de deosebire în starea de liniștire. Și despre stăpânirea minții și până unde are aceasta puterea de a birui mișcările în diferitele feluri ale rugăciunii. Și care este hotarul dat firii în rugăciune. Și până unde poți să te rogi. Și care e hotarul peste care, trecând, rugăciunea nu mai e rugăciune, deși ceea ce se săvârșește se numește cu numele de rugăciune¹

Slavă Celui ce a revărsat cu îmbelșugare darurile Lui în oameni! Că pe cei ce sunt trupești i-a făcut să-l slujească în treapta firilor netrupești și a învrednicit

¹ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, XXXI-XXXIII, în: *Filocalia*, 10, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 201-212. [n.ed.]



firea celor pământești să grăiască despre astfel de taine. Ba și pe păcătoși ca noi, care nu suntem vrednici nici măcar să auzim astfel de cuvinte. Dar prin harul Lui a deschis inima noastră orbită, ca să le înțeleagă din contemplarea Scripturilor și din învățătura marilor Părinți. Căci n-am fost învrednicit prin nevoița mea să fac nici măcar cercarea unui lucru dintr-o mie, care au trecut prin mâinile mele. Dar am voit să înfățișez în scrierea aceasta mai ales cele spre stărnirea și luminaarea sufletelor noastre și ale celor ce o vor citi, că poate se vor trezi să se apropie de ele, prin dorirea lor.

Alta este plăcerea rugăciunii și altceva vederea rugăciunii. Lucru al doilea e cu atât mai de preț decât primul, cu cât e mai desăvârșit bărbatul decât pruncul nedesăvârșit. Uneori se îndulcesc stihurile în gură și se naște, în rugăciune, dintr-un stih o stihuire nenumărată, neîngăduind să se treacă la alt stih; și omul nu cunoaște săturarea. Alteori, din rugăciune se naște o vedere oarecare ce taie rugăciunea de pe buze și acela se face prin vedere trup răpit, fără răsuflare. Aceasta o numim vederea rugăciunii și nu cum zic cei fără de minte, chip a ceva și formă și alcătuire a unei năluciri. Și, iarăși, în vederea acestei rugăciuni este o măsură și o deosebire a darurilor. Și până aici e rugăciune. Pentru că cugetarea nu a trecut dincolo, ca să nu mai fie lucrarea ei rugăciune, fiind mai presus



de ea. Căci **mișcările limbii și ale inimii sunt chei în rugăciune**. Iar cele de după aceea sunt intrare în vistierii. Aici trebuie să înceteze toată gura și limba și inima, vistiernică a gândurilor, și mintea, cârmuitoare a simțurilor, și cugetarea, pasărea repede zburătoare și plină de îndrăznire, și orice meșteșug al lor. Cei ce cer, să rămână aici! Pentru că e de față Stăpânul.²

Despre rugăciunea curată

Precum toată puterea legilor și a poruncilor date oamenilor de Dumnezeu este rânduită, după cuvântul Părinților, până la curăția inimii, așa și **toate felurile și chipurile rugăciunii cu care se roagă omul sunt rânduite până la rugăciunea curată**. *Suspinele și înge-nuncherile și cererile din inimă și preadulcile tânguiri și toate chipurile rugăciunii își întind hotarul și puterea de a se mișca, precum am spus, până la rugăciunea curată. Iar de la rugăciunea curată și până la cele dinăuntru, după ce trece de hotarul acesta, cugetarea nu mai are puțința de lucrare nici în rugăciune, nici în mișcare, nici*

² Cei ce vor să ceară ceva de la Dumnezeu prin rugăciune să rămână aici. Pentru că de înaintea mai sus, nu mai pot cere. Aici e Stăpânul de față și preocuparea lor de ei înșiși și de trebuințele lor e făcută să înceteze. Căci ei uită de ei înșiși în contemplarea uimită a măreției Lui; ei sunt într-o stare de răpire, de uitare de ei înșiși.



*în plâns, nici stăpânire, nici stăpânire de sine, nici cerere, nici dorință, nici plăcere pentru ceva dintre cele nădăjduite în viață, sau din cele din veacul viitor. De aceea, după rugăciunea curată, altă rugăciune nu mai este. Și toată mișcarea ei și toate chipurile ei duc mintea până aici prin puterea stăpânirii de sine (a libertății)*³. De aceea este o luptă în ea. Iar după acest hotăr, are loc o răpire și nu o rugăciune. Pentru că au încetat cele ale rugăciunii și se ivește o vedere oarecare și mintea nu mai este în rugăciune. Felurile rugăciuni ce se săvârșesc se săvârșesc prin mișcare. Dar când mintea intră în mișcările duhovnicești, nu mai este în rugăciune⁴.

Altceva este rugăciunea și altceva vederea din ea, deși își iau prilejurile una din alta. Căci cea dintâi este sămânța, iar a doua, adunarea snopilor. Când cel ce seceră iese din sine printr-o vedere negrăită, au odrăslit deodată înaintea lui din semințele foarte mici și neînvelite, pe care le-a semănat, ca niște spice înflorite. Acesta ajunge în plugăria lui în afară de orice

³ Până aici există o libertate de mișcare, o stăpânire peste propriile mișcări ale cugetării. Aici se trece într-o nemișcare, într-o răpire a privirii slavei covârșitoare a Stăpânului. Dar această depășire a stării de libertate nu e trăită ca o silă neplăcută, ci ca o dulce nepreocupare de a alege ceva dintre diferite alternative. În slava Stăpânului, în iubirea nemijlocită a Lui s-a uitat de toate.

⁴ Autorul face deosebire între mișcare și mișcarea duhovnicească, care fiind mișcarea Duhului Sfânt în om nu mai e propriu-zis mișcarea omului, covârșind-o pe aceasta.



mișcare. Pentru că **toată rugăciunea ce se săvârșește este cerere, sau mulțumire, sau laudă**. Dar vezi de mai este una dintre acestea, sau cererea a ceva, când mintea a trecut de acest hotar și a intrat în țara aceea! Întreb pe cel ce cunoaște adevărul. Căci nu le e dată tuturor această putere de deosebire, ci celor văzători, care au ajuns slujitori ai acestei taine sau au fost povățuiți de astfel de Părinți și au învățat adevărul din gurile lor și și-au petrecut viața în acestea și în alte asemenea cercări.

Despre adevăr (prin întrebare și răspuns)

Precum din zeci de mii de oameni de-abia se află unul care a împlinit puțin poruncile și legile și a ajuns la curăția sufletului, așa din mii de oameni, de-abia unul s-a învrednicit să ajungă cu multă pază la rugăciunea curată și să spargă hotarul ei și să se împărtășească de taina aceea. Pentru că cei mai mulți nu s-au învrednicit nicidecum de rugăciunea curată, ci numai puțin. Iar la taina aceea de după ea, de abia a ajuns unul din neam în neam prin harul lui Dumnezeu.

Rugăciunea este cerere, grijă și dorință de ceva, sau de izbăvire de lucrurile de aici, sau de cele viitoare, sau dorință de a avea soarta Părinților; este



cererea omului de a fi ajutat de către Dumnezeu. Mișcările sufletului se mărginesc între acestea. Iar lipsa de curăție a rugăciunii este aceasta: Când, în clipa în care mintea se pregătește să facă vreuna dintre mișcările de care am vorbit, se amestecă în ea vreun gând străin sau vreo abatere spre altceva, atunci rugăciunea nu este curată, pentru că a adus pe jertfelnicul Domnului, din animalele necurate. Iar jertfelnicul înțelegător al Domnului este inima⁵. Iar dacă cineva aducându-și aminte de rugăciunea numită de Părinți duhovnicească, dar neînțelegând înțelesul cuvintelor Părinților, ar zice: Aceasta este în hotarele rugăciunii duhovnicești, eu socotesc că dacă ar cerceta înțelesul ei ar vedea că e blasfemie să spună vreo făptură că rugăciunea duhovnicească se apleacă spre ceva. Căci rugăciunea care se apleacă spre ceva e mai jos de cea duhovnicească. Pentru că orice rugăciune duhovnicească s-a eliberat de mișcare. Și dacă de-abia se roagă cineva în curăție, ce să zicem de rugăciunea duhovnicească? **Sfinții Părinți aveau obiceiul să numească toate mișcările bune și faptele duhovnicești cu numele de rugăciune.** Dar nu numai ei, ci și toți cei luminați prin cunoștință obișnuiau să socotească înseși faptele bune rugăciune.

⁵ Sf. MARCU ASCETUL, *Despre botez*, în: *Filocalia*, 1, Ed. IBMO, București, 2017, p. 340.



Totuși e vădit că altceva este rugăciunea și altceva sunt faptele săvârșite. Iar uneori unii zic că faptele acestei rugăciuni zise duhovnicești sunt „cale”, alții, „cunoștință” și alții, „vedere înțeleghătoare”. Vezi cum schimbă Părinții numirile în lucrurile duhovnicești? Căci numirile se potrivesc întocmai numai lucrurilor de aici. Dar un nume potrivit sau adevărat pentru lucrurile veacului viitor nu există. Pentru ele nu e decât o cunoștință simplă, mai presus de orice numire și de orice stihie și formă și culoare și chip, și de numele îmbinate. De aceea, când cunoștința sufletului se înalță din lumea văzută, Părinții se folosesc de numiri cum voiesc, întrucât nimeni nu cunoaște întocmai numirile lumii viitoare. Ci se folosesc de numiri și de pilde ca să sprijine prin ele cugetările sufletului, după cuvântul celui întru Sfinți Dionisie, care a spus că „ne folosim de silabe, și numiri, și cuvinte ce ne stau la îndemână din pricina simțurilor”⁶. Dar când prin lucrarea Duhului sufletul e mișcat spre cele dumnezeiești, ne sunt de prisos simțurile și lucrările prin ele. Tot așa, puterile sufletului sunt de prisos lucrării duhovnicești când sufletul se face asemenea dumnezeirii prin unirea

⁶ Nichifor Theotoche dă o notă: „Dionisie Areopagitul, în scrierea *Despre numirile dumnezeiești* (cap. I), zicând: «Acum acoperim potrivit nouă... cele gândite prin cele sensibile și prin cele ce sunt cele mai presus de existență și învăluim prin forme și chipuri cele fără formă și chip și înmulțim prin varietatea simbolurilor împărțite simplitatea cea fără chip.»



neînțeleasă, și se luminează de raza luminii celei înalte, în mișcările lui⁷.

Deci crede, frate, că mintea are putere să deosebească mișcările ei până la locul rugăciunii curate. Când ajunge acolo și nu se întoarce la cele dinapoi, sau nu părăsește rugăciunea, rugăciunea se face ca un fel de mijlocitoare între viața sufletească și cea duhovnicească. Când se mișcă, e în țara sufletească; iar când intră în țara cealaltă, încetează să fie rugăciune. Căci Sfinții, în veacul viitor, nu se roagă cu rugăciunea, mintea lor fiind înecată de Duhul, ci se sălășluiesc, prin răpire, în slava care-i veselește. Așa e și cu noi. Când mintea se învrednicește să simtă fericirea viitoare și uită de sine și de toate cele de aici, nu mai are vreo mișcare spre ceva. De aceea, cu convingere îndrăznește cineva să spună că *toată virtutea ce se săvârșește și toată rânduiala rugăciunii, fie în trup, fie în minte, e condusă și mișcată de libertatea voii; și însăși mintea, care e împărâteasă peste patimi, e condusă de libertate prin simțuri. Dar când conducerea o ia Duhul și peste minte domnește iconomia Lui, Care se face iconomul simțurilor și al gândurilor, libertatea e*

⁷ Sfântul Isaac Sirul preface cunoașterea oarecum teologică a negrăitului dumnezeiesc în cunoașterea dobândită prin rugăciune și prin Duhul Sfânt. O umple adică de simțire superioară firii.



luată firii și atunci e condusă de cârmuirea Lui și nu mai conduce ea⁸.

Și unde va mai fi rugăciunea, când firea nu mai are putere asupra sa (împotriva sa însăși), ci e condusă de altă putere, unde nu cunoaște, nici nu mai poate îndrepta mișcările cugetării spre cele spre care voiește, ci în timpul acela e ținută în robie și condusă unde nu simte? Ba nici voință nu mai are atunci, nici „nu mai știe de este în trup sau afară de trup”, după mărturia Scripturii (2 Corinteni 12, 2). Deci, în cel astfel robit și care nu mai știe de sine, mai este rugăciune? De aceea, nimeni să nu hulească și să nu îndrăznească să spună că e cu putință să se roage cineva cu o rugăciune duhovnicească. De această îndrăzneală se folosesc cei ce se roagă cu mândrie, dar sunt lipsiți de cunoștință. Ei se mint pe ei înșiși, spunând că, atunci când voiesc, se roagă cu rugăciunea duhovnicească. Dar cei smeriți la cuget și cuminți primesc să învețe de la Părinți și să cunoască hotarele firii și nu rabdă să predea cugetarea lor unei astfel de îndrăzneli.

⁸ E o idee a Sfântului Isaac, că sufletul ajuns duhovnicesc și-a predat Duhului libertatea și că e atunci condus și nu mai conduce. Dar desigur că libertatea se lasă condusă în mod liber de Duhul. Libertatea e întărită prin aceasta, nu slăbită. Căci omul nu mai e atunci robul niciunei patimi. E condus de iubire și în nimic nu se mișcă mai liber ca în iubire. Se poate spune că însăși libertatea desăvârșită a Duhului, libertate desăvârșită a iubirii, a devenit libertatea lui, sau iubirea lui.



Întrebare: *Dar pentru ce, odată ce nu e rugăciune, e numit cu numirea de rugăciune acest har negrăit?*

Răspuns: Pricina socotim că e aceasta: Pentru că se dă celor vrednici în vremea rugăciunii și își ia prilejul din rugăciune. Pentru că această slăvită stare nu are alt timp de sălășluire, ci timpul acesta, după mărturia Părinților. De aceea e numită cu numele de rugăciune, pentru că mintea e condusă din rugăciune spre acea fericire și pentru că rugăciunea e pricina ei și în alte timpuri nu are loc, cum arată scrierile Părinților. Căci vedem pe mulți dintre Sfinți, în viețile lor, stând la rugăciune, dar cu mintea răpită.

Iar de va întreba cineva pentru ce aceste daruri (harisme) mari și negrăite au loc numai în timpul acesta, vom spune: Pentru că în timpul acesta e mai pregătit omul decât în orice alt timp și e adunat în sine, încât poate lua aminte la Dumnezeu și dorește și așteaptă mila Lui. Și pentru a spune pe scurt, acesta e timpul când cineva stă la poarta Împărăției pentru a cerși. Și cererea celui ce cere și se roagă se cuvine să fie împlinită în acest timp. Căci în care alt timp e omul pregătit și în stare de pază, ca în timpul în care se roagă? Sau se cuvine, oare, să primească vreunul dintre aceste daruri în vremea în care doarme, sau lucrează ceva, sau în care mintea îi este tulburată? Căci iată, deși Sfinții nu au niciun timp de nelucrare, deoarece



În toată clipa sunt ocupați în cele duhovnicești, nu sunt totdeauna pregătiți să stea în rugăciune. Pentru că de multe ori cugetă la ceva dintre cele ale vieții sau contemplă fapăturile, împreună cu alte lucruri de folos. Dar în vremea rugăciunii, privirea minții ia aminte numai la Dumnezeu și spre El își întinde toate mișcările ei și Lui îi aduce cererile din inimă cu străduință și cu căldură continuă. Și de aceea, în această vreme, în care sufletul nu are decât această singură grijă, se cuvine să izvorască din Dumnezeu bunăvoința dumnezeiască.

Căci vedem că Duhul Sfânt coboară peste pâinea și vinul puse pe altar, în clipele când preotul e pregătit și stă la rugăciune și cere îndurare lui Dumnezeu și își adună mintea în această cerere. Și lui Zaharia i s-a arătat îngerul în vremea rugăciunii și i-a prevestit nașterea lui Ioan. La fel, lui Petru când se ruga în casă, în ceasul al șaselea, i s-a arătat vederea care l-a condus la chemarea neamurilor prin pânza coborâtă din cer cu viețuitoarele în ea. De asemenea, lui Corneliu i s-a arătat îngerul și i-a spus cele scrise despre el, când se ruga. Iar lui Isus, fiul lui Navi, i-a vorbit Dumnezeu când stătea plecat pe față în rugăciune. La fel, arhierul auzea lângă jertfelnic, deasupra chivotului, cuvintele lui Dumnezeu; și de acolo primea în chip tainic de la Dumnezeu vederile pentru toate ce erau de folos



timpului; acolo unde arhiereul intra o dată pe an în vremea înfricoșătoare a rugăciunii tuturor semințiilor adunate ale lui Israel, auzea arhiereul cuvintele lui Dumnezeu printr-o vedere înfricoșătoare negrăită, când intra în Sfânta Sfintelor și se arunca pe sine pe față. O, ce înfricoșătoare era acea taină, care se sluzea prin aceasta!

Astfel, **toate vederile arătate Sfinților au loc în vremea rugăciunii**. Căci ce alt timp e atât de sfânt și de potrivit sfintei primiri a darurilor (harismelor), ca timpul rugăciunii, în care vorbește cineva cu Dumnezeu? Căci în acest timp, în care se fac cererile către Dumnezeu și au loc întâlnirile cu El, omul adună cu silire toate mișcările și gândurile din toate părțile și nu gândește decât la Dumnezeu și inima o are plină de El. De aceea le înțelege pe cele neînțelese. Căci Duhul cel Sfânt Se mișcă în el după măsura lui. Se mișcă în el luând prilej de la cele pentru care se roagă. Deci **rugăciunea se întrerupe în vremea rugăciunii din mișcarea ei și mintea e prinsă și scufundată în uimirea răpirii și uită de dorința din cererea sa. Și mișcările ei se botează în beție adâncă și ea nu mai e în această lume și nu mai e atunci în om deosebire între suflet și trup, nici amintirea a ceva, precum a zis dumnezeiescul și marele Grigorie: „Rugăciunea este curăția minții și se taie prin răpire de lumina Sfintei Treimi”**.



Vezi cum se taie rugăciunea nu prin uimirea înțelegerii celor născute în minte din ea, cum am spus înainte la începutul scrierii și în alte multe locuri? Și iarăși același zice: „Curăția minții este o călătorie în înălțime a gândurilor și ea se ia la întrecere cu culoarea cerească în care strălucește în vremea rugăciunii lumina Sfintei Treimi.”⁹

Întrebare: *Și când se învrednicește cineva de acest har întreg?*

Răspuns: În vremea rugăciunii, zice, când mintea se dezbracă de omul vechi și-l îmbracă pe cel nou, al harului. „Atunci își vede curăția ei asemănătoare culorii cerești, care s-a numit locul lui Dumnezeu de către bătrânii lui Israel, când S-a arătat lor în munte.”¹⁰ Deci, precum am spus, acest dar al harului nu trebuie numit rugăciune duhovnicească, ci rodul rugăciunii curate, trimis prin Duhul Sfânt. Atunci mintea ajunge deasupra rugăciunii și, prin aflarea a ceva mai înalt, rugăciunea încetează. Și atunci nu se mai roagă cineva cu rugăciunea, ci iese din sine (ajunge în extaz) în lucrurile neînțelese, aflate mai presus de lumea muritorilor; și în neștiința ei tace despre toate cele de aici.

⁹ Cf. EVAGRIE MONAHUL, *Capete despre deosebirea gândurilor*, cap. 18, în: *Filocalia*, 1, ediția jubiliară, Ed. IBMO, București, 2017, p. 83.

¹⁰ Cf. EVAGRIE MONAHUL, *Capete despre deosebirea gândurilor*, cap. 18, în: *Filocalia*, 1, p. 83.



Aceasta este neștiința mai presus de cunoștință, de care s-a vorbit. Aceasta este cea despre care s-a zis că fericit este cel ce a primit neștiința nedespărțită de rugăciune, de care fie să ne învrednicim și noi prin harul Unuia Născut Fiul lui Dumnezeu, Căruia se cuvin toată slava, cinstea și închinăciunea, acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

Despre felul rugăciunii și despre celelalte lucruri privitoare la pomenirea neîncetată, ce se cer neapărat și sunt de folos, când cineva, citindu-le, le păzește cu dreaptă socoteală

Cea mai bună parte a harului credinței este să fie încredințat cineva despre împlinirea rugăciunii lui, prin nădejdea în Dumnezeu. Dar siguranța credinței în Dumnezeu nu o dă neștirbirea mărturisirii, deși ea este maica credinței, ci sufletul ce cunoaște adevărul lui Dumnezeu din puterea viețuirii. Odată ce afli în Sfintele Scripturi credința unită cu viețuirea, să nu legi cunoașterea credinței, rămânând la simpla mărturisire dreaptă a ei. Căci credința ce dă siguranța nădejdi nu e înțeleasă niciodată de cei nebotezați, sau de cei ce au stricat înțelesul adevărului. Pentru că siguranța credinței se dă celor cu viața înaltă în suflet,



pe măsura virtuților ce iau aminte la împlinirea poruncilor Domnului.

Meditarea neîncetată a Scripturii este lumina sufletului. Căci aceasta întipărește în suflet amintiri folositoare, pentru păzirea de patimi și pentru stăruirea în dorul de Dumnezeu, în curăția rugăciunii. Dar și deschide în fața noastră calea păcii pe urmele Sfinților. Totuși să nu te îndoiești în stihurile rugăciunilor noastre, când se fac cu multă trezvie și cu străpungere neîncetată, fie rugăciunile, fie citirea din orice vreme.

Primește neapărat cuvintele spuse din experiență (din cercare), chiar dacă cel ce le grăiește este neînvățat. Pentru că vistieriile cele mari ale împăraților pământului primesc bucuros adaosul obolului unui cerșetor și râurile se umplu din micile pârlăiașe și din ele se măresc în curgerea lor.

*Cum poți să te rogi neîmprăștiat*¹¹

Voiești să te desfătezi în stihurile slujbei tale și să primești simțirea cuvintelor Duhului, rostite de tine? Lasă cu totul cantitatea stihurilor și să nu te îngrijești de măsurile lor, sau de grija de a rosti stihurile ce țin

¹¹ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, XXXIII, în: *Filocalia*, 10, pp. 214-215. [n.ed.]



de felurile rugăciunii; și părăsește orice rostire din obișnuință și gândește-te la ceea ce îți spun ele și la ceea ce se istorisește despre citirea vreunuia din cei călăuziți de Dumnezeu. Să stăruie mintea ta în cugătarea lor până ce sufletul tău se va trezi prin înaltele lor înțelesuri, uimit de iconomia lui Dumnezeu și prin aceasta se va mișca fie spre preamărirea Lui, fie spre întristarea cea de folos.

Să primești orice este în ele spre rugăciune și când mintea ta se va întări în acestea, a plecat tulburarea din ea. Căci nu este pacea minții în lucrarea slugii¹², nici în libertatea fiilor, zăpăceala tulburării. Pentru că tulburarea are obiceiul să fure gustul înțelegerii și al priceperii și să le prădeze de înțelesurile lor, asemenea unei lipitori ce sugă viața trupurilor odată cu sângele mădurelor lor. Căci tulburarea trebuie numită, de e cu puțință, căruța diavolului, deoarece satana are obiceiul să se suie mereu călare pe minte și să aducă cu el toată povara patimilor și să intre în sufletul slăbănogit și să-l scufunde în zăpăceală. Ia seama la aceasta, cu tot discernământul.

Nu fi în vremea rostirii stihurilor cântării tale ca unul ce primește cuvintele de la altul, ca să nu-ți închipui că înmulțești prea mult lucrarea cugetării și să ieși din

¹² În lucrarea slugii, care face lucru de mântuială.



străpungerea inimii și din bucuria lor, ci ca de la tine, ca să rostești cuvintele tale ca pe o cerere plină de străpungere și cu pătrunderea discernământului, ca cel ce înțelege lucrul lui cu adevărat¹³.

*Despre schimbările cele multe ce se urmează în minte și sunt probate prin rugăciune*¹⁴

A alege voința cea bună e propriu celui ce dorește aceasta. Dar a desăvârși alegerea voinței celei bune este propriu lui Dumnezeu¹⁵. Și cel ce face alegerea aceasta are nevoie de ajutorul lui Dumnezeu. De aceea trebuie să facem ca dorinței ce s-a născut în noi să-i urmeze **rugăciunea neconținută**. Nu numai pentru că avem nevoie de ajutor, ci și ca să ne facă să deosebim dacă dorința aceasta este după plăcerea voii Lui sau nu. Căci nu toată dorința bună se ivește în inimă de la Dumnezeu, ci numai cea folositoare. Căci se întâmplă

¹³ Să citești cuvintele citite, ca exprimând cererile, durerile și laudele tale adresate lui Dumnezeu.

¹⁴ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, LIX, în: *Filocalia*, 10, pp. 360-361. [n.ed.]

¹⁵ A alege binele câteodată e propriu omului. Dar a stăruii în aceasta neîncetat e propriu lui Dumnezeu. Iar **ajutorul neîncetat al lui Dumnezeu îl dobândim prin rugăciunea neîncetată**. Astfel, Sfântul Isaac vede un rost al rugăciunii neîncetate în stăruirea neîncetată în bine.



uneori că omul dorește un bine și Dumnezeu nu-i ajută. Fiindcă vine și de la diavolul câte o dorință asemănătoare acesteia. Și ea e socotită spre ajutor, dar adeseori nu este pe măsura omului. Ci diavolul uneltește vătămarea lui și-l silește să caute împlinirea acelei dorințe, fără să fi ajuns încă la viețuirea potrivită ei. Sau ea e străină de chipul viețuirii lui; sau n-a sosit încă timpul în care o poate împlini, sau pune în lucrare; sau nu este în stare să o împlinească cu lucrul, cu cunoștința, sau cu trupul; sau timpul nu ne ajută; sau în orice fel, sub chipul acelui bine, diavolul tulbură sau vatămă pe om în duhul lui, sau îi ascunde o cursă în cugetare.

Dar cum am spus, să facem cu sârguință rugăciuni neîncetate pentru dorința cea bună ivită în noi și să spunem fiecare dintre noi: „Facă-se voia Ta, până ce voi isprăvi lucrul cel bun pe care doresc să-l fac, dacă place voii Tale. Căci a-l voi îmi este ușor, dar a-l face, fără darul ce vine de la Tine, nu pot. Ci numai dacă amândouă sunt de la Tine: și a voi, și a lucra. Căci fără harul Tău nu m-aș fi înduplecat să primesc această dorință ce s-a mișcat în mine, ci m-aș fi speriat de ea.” Acesta este obiceiul celui ce dorește binele: Să lucreze cu dreapta socoteală (discernământul) a minții prin rugăciune, ca să fie ajutat în lucrarea aceasta și să primească înțelepciunea prin care să deosebească



adevărul de minciună. Căci binele se face probat în rugăciuni multe, în lucrare, în pază, în dorința neodihnită, în lacrimi neîncetate, în smerenie și în ajutorul de sus care vine mai ales când nu stau împotriva gânduri de mândrie. Pentru că acestea împiedică ajutorul lui Dumnezeu către noi. Dar le putem îndepărta prin rugăciune.

Întrebare:¹⁶ *În ce se arată cuprinsul împlinit al tuturor ostenelilor acestei lucrări, sau al liniștirii, la care ajungând cineva să afle că a ajuns la desăvârșirea viețuirii?*

Răspuns: În faptul că s-a învrednicit de stăruirea în rugăciune. Căci când a ajuns la aceasta, a ajuns la capătul tuturor virtuților și s-a făcut locașul Sfântului Duh. Pentru că dacă cineva n-a primit în chip neîndoelnic harul Mângâietorului, nu-și poate desăvârși stăruirea în rugăciunea aceasta. Căci când Duhul Se sălășluiește, zice, în careva dintre oameni, acesta nu încetează din rugăciune. Fiindcă Duhul Însuși Se roagă pururea (*Romani* 8, 26)¹⁷. Atunci, nici când doarme acela, nici când e în stare de veghe, nu se întrerupe

¹⁶ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, LXXXV, în: *Filocalia*, 10, pp. 526-530. [n.ed.]

¹⁷ Duhul e Duhul rugăciunii. Căci El ne ține în legătură cu Dumnezeu. Având pe Duhul nu putem să nu gândim la Dumnezeu. Deci rugăciunea e semnul sigur al Duhului în inima omului. Înseși mișcările inimii sunt glasuri, sunt cuvinte. Căci mișcarea spirituală nu e decât glas către Dumnezeu, răspuns la cuvintele Lui.



rugăciunea din sufletul lui. Ci, fie că mănâncă, fie că bea, fie că doarme, fie că lucrează ceva, și până în somnul adânc răsar bunele miresme și răsuflările rugăciunii în inima lui¹⁸, fără osteneală. Și nu se mai desparte rugăciunea de el, ci în toate zilele și în ceasurile lui, chiar când se liniștește aceasta în afara lui¹⁹, o liturghisește în el în chip ascuns. **Căci tăcerea celor curați e rugăciune**, zice careva dintre purtătorii de Hristos. Pentru că gândurile lor sunt mișcări dumnezeiești²⁰. Mișcărilor

¹⁸ Rugăciunea care nu se întrerupe nici în somn e ca o răsuflare neîntreruptă. În cel ce s-a obișnuit să unească rugăciunea cu răsuflarea, această unire rămâne și când el nu o mai urmărește cu voia. Rugăciunea îi imprimă o bunătate în toată ființa. E o bunătate ce se răspândește ca o bună mireasmă. E o mireasmă a curăției.

¹⁹ Prin aceasta înțelege, cred, o rugăciune ce se răspândește liniștit, prin tăcere, în afara lui. Căci în fraza următoare vorbește de tăcere.

²⁰ Gândurile omului curat, care s-a golit de toate gândurile egoiste, sunt mișcări dumnezeiești. El a devenit subiectul mișcărilor dumnezeiești. Sau mișcărilor dumnezeiești s-au imprimat în mișcărilor lui. Mișcărilor dumnezeiești în conștiința omului iau forma gândurilor curate și bune. Dar a unor gânduri care sunt rugăciune. Căci ele se îndreaptă spre Dumnezeu. „Ale Tale dintru ale Tale”. Din întunericul mai presus de înțelegere al lui Dumnezeu ies raze care în sufletul conștient al omului, făcut după chipul lui Dumnezeu, devin gânduri care se referă la El și la faptele Lui, cu mulțumire și cu laudă. Învățătura energiilor necreate apare aici cu toată claritatea. Ea e implicată în înțelegerea nedespărțitei legături dintre Dumnezeu și creatură și, mai special, dintre Duhul dumnezeiesc și cel omenesc. Omul și-a actualizat caracterul teandric. Energiile lui Dumnezeu, devenind înțelesuri în om, se întorc spre Dumnezeu ca rugăciune de laudă.



inimii și cugetării curate sunt glasuri blânde, în care ea cântă în chip ascuns Celui ascuns²¹.

Întrebare: *Ce este rugăciunea duhovnicească? Cum se învrednicește de ea cel ce se nevoiește?*

Răspuns: Mișcările sufletești se împărtășesc de lucrarea Sfântului Duh prin curăția lor deplină²². Dar numai unul dintre zeci de mii de oameni se învrednicește de ea, căci este o taină a stării vieții viitoare²³. Pentru că acela se înalță și firea rămâne nelucrată de nicio mișcare și amintire a celor de aici. Și nu se roagă în rugăciune, ci sufletul are simțirea lucrurilor duhovnicești ale veacului aceluia, care covârșesc înțelegerea oamenilor și a căror înțelegere o are prin puterea Sfântului Duh. Aceasta este vederea și

²¹ Omul vorbește și când tace. Iar dacă e curat, grăiește lui Dumnezeu în adâncime. Și în această rugăciune e lucrarea Sfântului Duh, ca legătură cu Dumnezeu.

²² Mișcările sufletești sunt și ele simțiri ce iau forme de cuvinte. Când sufletul e curat, mintea nu se gândește la nimic altceva decât la Dumnezeu cel curat și infinit. Dar prin aceasta Însuși Duhul e lucrător în ele. Cele mărginite sunt pentru trup, sunt pentru viața pământească și adeseori egoistă, căci ele pot fi cuprinse și folosite pentru viața mărginită, străină de Dumnezeu. Duhul vine numai unde sufletul se lărgeste, gândindu-se la Dumnezeu și intră în comuniune cu infinitatea Lui prin rugăciunea curată de gânduri mărginite.

²³ În viața viitoare nu mai privim decât pe Cel infinit, deci suntem în curăție și rugăciune, departe de orice egoism limitativ. Acolo suntem cu desăvârșire în Duhul comuniunii cu Dumnezeu.



mișcarea cea gândită, și nu²⁴ cerere a rugăciunii. Dar din rugăciune și-a luat pornirea. Căci pentru aceasta unii dintre aceștia au ajuns la desăvârșire. Și nu este clipă în care mișcarea lor cea mai dinăuntru nu e în rugăciune, precum am spus mai înainte. Și când Se ivește Duhul cel Sfânt, îi află pe aceștia pururea în rugăciune. Și din această rugăciune îi scoate pe ei în vedere (contemplare)²⁵, care se numește vedere duhovnicească. Căci nu mai au nevoie de chipul rugăciunii îndelungate, nici de starea la Liturghie și de treapta ei. Ci ajunge să-și amintească de Dumnezeu și îndată sunt robiți de dragostea Lui. Totuși, nu nesocotesc nici starea la rugăciune până la sfârșit, ci dăruiesc cinste și

²⁴ Acest „nu” lipsește în textul grec, dar este în traducerea românească din 1819 și el corespunde înțelesului acestui pasaj, care socotește că vederea celor dumnezeiești e mai presus de rugăciune. Traducătorii români de atunci știau la perfecție nu numai limba greacă, ci și teologie înaltă. Textul românesc mai nou, dactilografiat, nu a prins această nuanță, rămânând fidel textului grec. El e mai poetic, dar cu mai puțină înțelegere a sensului duhovnicesc al textului grec. De aceea e și mai liber. „Mișcarea gândită” e „vederea gândită”, sau înțelegătoare. Ea nu e o simplă mișcare a gândurilor, ci o mișcare în planul de dincolo de lumea creată, în Dumnezeu.

²⁵ Lucrarea Sfântului Duh are o gradație, după măsurile la care ajunge omul. El Se roagă cu cei ce se află la nivelul rugăciunii, cu conlucrarea lor, dar vine întreg în cei ce au ajuns la rugăciunea neîncetată; apoi și mai mult când oprește lucrarea rugăciunii lor și îi ridică în starea de vedere (de contemplare). Atunci aceștia uită că ei sunt aici și Dumnezeu în fața lor, cum se simt în rugăciune. Atunci uită cu totul de ei, scufundându-se în Dumnezeu prin vedere.



rugăciunii și stau în picioare la orele rânduite, în afară de cea neîncetată²⁶. Am văzut pe marele Antonie²⁷ stând în rugăciune de la ceasul al nouălea (trei după amiază), când a simțit mintea lui înălțată. Și altul dintre Părinți, întinzând mâinile, pe când stătea la rugăciune, a intrat într-un extaz de patru zile. Și alți mulți, pe când se rugau astfel, au fost robiți de multa (adânca) pomenire a lui Dumnezeu, de dragostea Lui și au ajuns în extaz.²⁸ Dar omul se învrednicește de această stare când se dezbracă de mărturia din lăuntru și din afară a păcatelor contrare, prin păzirea poruncilor lui Dumnezeu. Când păzește cineva aceste porunci și se folosește de ele după rânduială, neapărat i se întâmplă să iasă din multele lucruri omenești, adică să se dezbrace de trupul lui și să ajungă afară din el, ca să zicem așa, nu de firea lui, ci de trebuințele lui. Că nu se

²⁶ Cei ridicați din rugăciunea neîncetată „la vedere” nu sunt ridicați pentru totdeauna, ci numai din când în când. Din acea vedere revin mereu iarăși la rugăciunea neîncetată.

²⁷ „Antonie, supranumit cel Mare, a cărui viață a scris-o Dumnezeu Atanasie, s-a mutat în anul mântuirii 357 (Fabricius, în vol. II, p. 344, din «*Bibliotheca graeca*»). Iar Isaac Sirul a trăit pe la 534. Deci, cum zice: «L-am văzut pe Sfântul Antonie»? Fie că vorbește de alt Antonie, fie că «l-am văzut», înseamnă «nu l-am văzut cu ochii», ci «am auzit sau am primit despre Sfântul Antonie».”

²⁸ Dă unele cazuri în care au fost răpiți unii din starea de rugăciune în cea de extaz, care e o răpire în contemplarea dragostei lui Dumnezeu, sau o copleșire a lor de dragostea ce o simt pentru Dumnezeu.



poate ca cel ce viețuiește în felul Dătătorului de lege și împlinește poruncile Lui, să rămână cu păcatele în el. De aceea a făgăduit Domnul în Evanghelie că-Și va face sălaş în cel ce a păzit poruncile Lui.

Sfântul Isaac Sirul

RĂSPUNSURI DUHOVNICEȘTI

Întrebare a aceluiiași către același mare Bătrân:¹ *Spune-mi, părinte, de ce treaptă de desăvârșire ține a te ruga neîncetat (cf. 1 Tesaloniceni 5, 17), și dacă trebuie să țin un canon (o regulă, o pravilă).*

Răspunsul lui Varsanufie: Bucură-te, frate, în Domnul; bucură-te, iubitul meu, în Domnul; bucură-te în Domnul, împreună-moștenitorule!² **Rugăciunea neîncetată ține de măsura nepătimirii.**³ Dar atunci se

¹ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [87. (V. 182)], în: *Filocalia*, 11, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 153-154. [n.ed.]

² Ești împreună-moștenitor cu mine al Împărăției Sfintei Treimi în calitate de fiu al Tatălui, al Împăratului suprem, nesupus nici unei sile. Bucură-te de libertatea la care ești chemat în calitate a acesteia de moștenitor și împreună-stăpânitor în Împărăția Lui, în care nu e nicio silă. Libertatea aceasta este una cu nepătimirea. De aceea, aceasta este anunțată în propoziția următoare. Suntem împreună-moștenitori ai Împărăției cerurilor, al cărei Împărat e Tatăl nostru.

³ **Nu te poți ruga neîncetat cât timp nu te-ai eliberat total de patimi.** Căci orice ivire a patimii întrerupe rugăciunea, te ia în robie,



ia cunoștință de venirea Duhului, Care învață pe om toate (cf. *Ioan* 14, 26), deci și cele ale rugăciunii.⁴ Căci Apostolul zice: Iar să ne rugăm cum trebuie nu știm, dar „Duhul se roagă pentru noi cu suspine negrăite” (*Romani* 8, 27). La ce ți-aș vorbi deci acum despre clădirile Romei, când încă n-ai fost acolo?

Omul care viețuiește într-o liniște, mai ales pe pat, nu are canon, ci fii ca un om care mănâncă și bea după trebuință. Iar când îți vine să citești și vezi în inima ta căință, citește cât poți, la fel, în ce privește cântarea. Dar mulțumirea și pe „Doamne, miluiește” ține-le după puterea ta și nu te teme, „Căci darurile lui Dumnezeu nu se iau înapoi” (*Romani* 11, 29).

rupându-te de Dumnezeu, în Care e libertatea. Numai în rugăciune, ca act de iubire a lui Dumnezeu, care nu te supune ca o patimă, se manifestă libertatea deplină de noi înșine. Starețul Gheorghe de la Cernica spunea și el: rugăciunea neîncetată ține de nepătimire.

⁴ Libertatea nu poate fi decât în Duhul Sfânt. Căci Duhul Sfânt, Duhul suprem, liber de orice silă, nu e supus nici unei patimi, nici unei legi pe care nu și-o dă El. Și El poate infuza libertatea Sa și omului dotat cu duh. „Unde este Duhul Domnului, acolo este libertatea” (*2 Corinteni* 3, 17). De aceea, unde este Duhul, este și putința rugăciunii neîncetate, a convorbirii iubitoare cu Dumnezeu. El ne însuflă duh de fii iubitori și iubiți ai Tatălui, duh de libertate și duh de iubire față de Tatăl nostru și de Hristos, Fratele nostru. De aceea, când ne rugăm, Duhul se roagă în noi (cf. *Romani* 8, 26).



Un oarecare dintre părinți⁵, care se liniștea (viețuia în retragere), i-a cerut aceluiasi mare Bătrân să se roage pentru el.

Răspunsul lui Varsanufie: Când cineva trimite un avocat să-l apere în fața împăratului, se roagă mereu pentru el să fie ascultat. Căci nu e ascultat avocatul, ci cererea ce a trimis-o el la împărat. Tot așa, rugați-vă și voi ca să fiu ascultat (de Dumnezeu). Căci arătându-vă ascultare, mă rog împreună cu voi pentru sănătatea trupului și, sufletului vostru. Iar de voi fi ascultat (și Dumnezeu ascultă pe toți), aceasta voi pune-o pe seama rugăciunilor voastre.⁶ Căci eu nu sunt nici măcar un avocat vrednic de a te apăra, ci mă socotesc o slugă trimisă. Deci Domnul să asculte rugăciunile noastre. Rugați-vă pentru ticăloșia mea.

⁵ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [139 (V. 70); 140 (V. 71)], în: *Filocalia*, 11, pp. 231-233. [n.ed.]

⁶ În relația dintre cel ce se roagă și cel pentru care acela se roagă nu e activ numai cel ce se roagă, ci și cel pentru care acela face rugăciunea. Cel pentru care se face rugăciunea se roagă și el pentru cel ce se roagă pentru el, ca acela să fie ascultat. Desigur, el se roagă în interesul său. Dar întrucât rugăciunea sa contribuie la ascultarea de către Dumnezeu a celui ce se roagă pentru el, rugăciunea lui îl folosește și pe cel ce se roagă pentru el, făcându-l ascultat de Dumnezeu, atrăgând atenția lui Dumnezeu asupra lui. Amândoi se folosesc din această rugăciune reciprocă. E o relație care întărește dragostea fiecăruia către celălalt. E un curent care pornește de la fiecare și se îndreaptă spre celălalt. Rugăciunea lor se îndreaptă spre Dumnezeu, dar în folosul fiecăruia dintre ei. Amândoi se întâlnesc în Dumnezeu. Acesta e sensul cel mai deplin al sobornicității.



Întrebare a aceluiași către același mare Bătrân: *Cum trebuie să mă rog? Trebuie să spun „Tatăl nostru” cum ne-a învățat Domnul (cf. Matei 6, 9-13), sau cum a spus Avva Macarie din Sketis: „Doamne, miluiește-mă precum voiești”, iar când se ivește războiul: „Doamne, dacă voiești, ajută-mă”? Nu cumva s-a cerut numai celor desăvârșiți „Tatăl nostru”?*

Răspuns: [Rugăciunea, *n.ed.*] „Tatăl nostru” s-a poruncit și celor desăvârșiți și celor păcătoși. Aceasta, ca cei desăvârșiți, cunoscând că au ajuns fii ai lui Dumnezeu, să se străduiască să nu cadă, iar cei păcătoși, chemându-L cu rușine „Tată” pe Cel de multe ori înjurat de ei, să se întoarcă cu frică și să vină la pocăință. Ba socotesc că mai mult li se potrivește celor păcătoși. Pentru că ține de cei păcătoși să zică: „Și ne iartă nouă datoriile noastre”. Căci ce datorii mai au cei desăvârșiți, odată ajunși fiii Tatălui Celui din ceruri? Iar cuvântul: „Și nu ne duce pe noi în ispită, ci ne izbăvește de cel viclean” are același înțeles cu cuvintele Awei Macarie, care a spus: „Miluiește-mă și mă ajută”.

Întrebare a aceluiași către același Bătrân: *Oare e bine a stăruî în rugăciunea: „Doamne, Iisuse Hristoase, miluiește-mă”? Sau e mai bine a citi din Sfânta Scriptură și a rosti stihuri din psalmi?*⁷

⁷ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [175 (V. 126); 176 (V. 127); 177 (V. 101); 178 (V. 128)], în: *Filocalia*, 11, pp. 263-265.



Răspunsul lui Ioan: Trebuie făcute amândouă, puțin din una și puțin din alta. Căci s-a scris: „Aceasta să o faceți și aceea să n-o lăsați” (Matei 23, 23).

Întrebare a aceluiași către același: Când psalmodiez, trebuie să spun „Tatăl nostru” după fiecare psalm, sau să-l spun o singură dată și să petrec celălalt timp în cereri?

Răspunsul lui Ioan: A spune o dată „Tatăl nostru” și o dată a rosti cereri este același lucru.

Întrebare a aceluiași către același: Îmi vine gândul că cugetarea (meditația) face rugăciunea curată. Oare așa este?

Răspunsul lui Ioan: Frate, nu te lăsa batjocorit de draci, ca să spui că cugetarea face rugăciunea curată. Căci cum mai rămân patimile în omul care are o astfel de rugăciune curată?⁸

Întrebare a aceluiași către același: Trebuie să se pomenască la sfârșitul doxologiei de seară sau de noapte din Sfintele biserici, împăratul, conducătorii, poporul, săracii, văduvele și cele asemenea? Și cel căruia i se cere de către cineva să se roage pentru el trebuie să o facă, chiar dacă e stăpânit de patimi?

Răspunsul lui Ioan: E bine să cerem în rugăciune pacea Sfintelor Biserici și să pomenim cele ce urmează.

⁸ Aceasta nu e o rugăciune curată, căci mai rămân patimile în cel ce o face. Mai rămâi în parte închis în egoism.



Dar să o facem ca niște nevrednici, care nu avem putere spre aceasta. Căci e o poruncă apostolică (cf. *1 Timotei* 2, 1-2) și e bine să ne rugăm pentru cel ce ne-o cere. Căci e un cuvânt al Evangheliei și al Apostolului: „Oricăruia cere, dă-i” (*Matei* 5, 42), și: „**Rugați-vă unii pentru alții, ca să vă vindecați**” (*Iacov* 5, 16). Și iarăși: „Precum voiți să vă facă vouă oamenii, faceți și voi lor asemenea” (*Matei* 7, 12; *Luca* 6, 31). Ba unii se rugau și pentru Apostoli (cf. *Faptele Apostolilor* 12, 5). Deci cel ce nesocotește porunca se osândește pe sine însuși. Iată pentru ce, putând sau neputând, eu mă silesc spre aceasta din pricina poruncii.

Cererea aceluiași către marele Bătrân:⁹ *Roagă-te pentru mine, părinte, că sunt tare necăjit.*

Răspunsul lui Varsanufie: Dumnezeu cerului și al pământului să vă împlinească, prin rugăciunile Sfinților Săi, cererile pe care mă rog din inimă să vi le împlinească.¹⁰ Dar fiindcă voiți să ascultați și să vă bucurați,

⁹ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [186. (V. 109)], în: *Filocalia*, 11, pp. 271-273.

¹⁰ Cererile marelui Bătrân către Dumnezeu, puse în mișcare de cererea celui ce-l roagă să le facă, se adresează în același timp sfinților, ca să-și adauge rugăciunea lor la rugăciunea sa și a celui ce a pus în mișcare rugăciunea sa. Toate se împletesc. Cele mai de jos se întemeiază pe cele mai de sus, și acestea sunt puse în mișcare de cele mai de jos. E o întâlnire de întregire, o sobornicitate a completării în rugăciune a tuturor, într-un fel, în jurul celui mai de jos, deși acesta și-a adresat cererea celui mai de sus. Este în ea o



voi sunteți cei ce mă siliți să grăiesc, ca să se împlinească și cu mine cuvântul: „M-am făcut fără de minte, [...] voi m-ați silit” (2 *Corinteni* 12, 11). Însă eu, și înainte de a-mi cere voi, simțeam în mine arzând ca flacăra unui foc puternic dragostea lui Hristos, Care a zis: „lubește pe aproapele tău ca pe tine însuși” (*Leviticul* 19, 18). Și arderea și fierberea aceasta cu duhul mă face să nu încetez să mă rog ziua și noaptea lui Dumnezeu, ca să vă facă purtători de Dumnezeu și să locuiască în voi și să umble în voi (cf. 2 *Corinteni* 6, 16), și să vă trimită vouă Duhul Său cel Sfânt, „Duhul adevărului”, ca să vină și să vă învețe toate și să vă conducă la tot adevărul (cf. *Ioan* 16, 13), spre a vă face moștenitori ai bunătăților cerești, „pe care ochiul nu le-a văzut și urechea nu le-a auzit și la inima omului nu s-au suit” (1 *Corinteni* 2, 9). Și m-am făcut pentru voi ca un părinte care se străduiește să-și învețe copiii să slujească Împăratului în oștirea Lui strălucitoare, neavând nicio grijă de ei înșiși. Să vă dea Dumnezeu arderea unei astfel de iubiri. Căci Domnul vă va încredința că ridică la al șaptelea cer pe oamenii care au această iubire¹¹, precum au urcat unii cu îndrăzneală și sunt

urcare de la cei mai de jos la cei mai de sus și o coborâre a acestora la cei mai de jos. Dar toți urcă prin această rugăciune întregitoare spre Dumnezeu, sau Dumnezeu îi face să se unească în această **sobornicitate a rugăciunii** în El. Nimeni nu urcă spre Dumnezeu și în Dumnezeu singur, ci toți împreună. Aceasta este Biserica.

¹¹ Iubirea desăvârșită eliberează de griji. Aceasta cu atât mai mult,



binecuvântați¹², „fie în trup, nu știu, fie afară de trup, nu știu, Dumnezeu știe” (2 Corinteni 12, 2).

Și ca să aflați începutul căii acestei bucurii, ascultați. Întâi îi vine omului Duhul cel Sfânt, Care-l învață toate și cum trebuie să se smerească în cugetare. Apoi, călăuzit de acea primă ardere, urcă la primul cer și, după aceea, la al doilea și, treptat, până la al șaptelea. Și acolo poate auzi lucruri negrăite și înfricoșătoare, pe care nimeni nu le poate auzi, decât cei ce au urcat la măsura aceasta, de care fie să vă învrednicească Domnul și pe voi. Acolo pot ajunge cei ce au murit cu desăvârșire lumii prin răbdare și multe neazuri.

O, iubite frate, Domnul a răbdat Crucea și tu nu te bucuri de neazurile a căror răbdare duce în Împărăția cerurilor? Drept ai spus că ești necăjit. Dar nu știi că, atunci când cineva cere părinților să se roage pentru el lui Dumnezeu să-i dea ajutorul Său, i se înmulțesc neazurile și cercările spre probarea lui? Nu cere deci odihnă trupească dacă Domnul nu ți-o dă. Căci Domnul privește cu scârbă la odihna trupului. Și tot

cu cât cel ce iubește știe că iubește pe Cel atotputernic, răspunzând iubirii Lui, care va purta grijă de toate ale sale.

¹² Cel binecuvântat de Dumnezeu este totodată dăruit de El cu ceea ce spune în binecuvântare. În ediția Volos, la notă, se spune: „Cred că sfântul spune acestea despre sine. Căci cel ce călăuzește pe alții pe calea aceasta negrăită și necuprinsă a răpirii la Dumnezeu e vădit că a pășit primul pe această cale prin puterea tainică a Duhului.”



El a spus: „În lume necazuri veți avea” (Ioan 16, 33). Domnul să te ajute în toate! Iartă-mă pentru cele ce ți-am spus, căci am vorbit ca unul care cere multe, fără să le aibă el însuși. Dar am spus cele pe care le știu despre alții, despre sfinți. Roagă-te pentru mine.

Întrebare a aceluiași către același mare Bătrân:¹³ *Te rog, cinstite părinte, coboară la neputința mea și, dacă vreunul dintre părinți vrea să vină în chilia mea să-mi facă o rugăciune, îngăduie-mi să-l primesc. Căci mă văd îngreunat de lânzezeală. Îngăduie-mi aceasta până ce Dumnezeu va întări sufletul meu prin rugăciunile voastre.*

Răspunsul lui Ioan: Rog iubirea ta, fratele meu, să nu mă arunci sus, căci sunt fără minte și mă mândresc. Și trebuie să-mi dau seama că sunt jos. Spunând tu „coboară”, înseamnă că șed sus, într-o înălțime. Dar nu știi că mi se cere (de Dumnezeu) să fiu mai prejos de orice om? Cel ce e jos nu are unde să mai coboare. Ai sfatul Sfântului Apostol: Cercetând toate, țineți binele (cf. 1 Tesaloniceni 5, 21). Tot ce face un om din frica lui Dumnezeu folosește sufletului său. Dacă deci îți folosește întâlnirea cu altul, nu te împiedic de la acest folos. Dar între cei ce vin la tine să se roage pentru tine și să te folosească, eu mă socotesc de prisos. De altfel, fie că te întâlnești cu alții, fie că nu, Domnul să

¹³ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [205. (V. 119)], în: *Filocalia*, 11, pp. 301-303.



întărească iubirea ta adevărată. De ce sunt socotit printre oamenii de folos pentru alții, când eu caut aceasta pentru mine? Bucuria mea e câștigul tău.¹⁴ Deci întâlnindu-te și folosindu-te de sfinții care vin la tine, cere-le să se roage ei pentru mine, din dragoste. De aceea socotesc că întâlnirea pentru Dumnezeu este un lucru bun, dar și neîntâlnirea pentru Dumnezeu este, la fel, un lucru bun.¹⁵ Să fii sănătos.

Fiindu-i aceluia frate¹⁶ și mai greu și suferind de mari dureri, aceia i-au cerut marelui Bătrân să roage pe Dumnezeu să-și facă mai repede milă cu fratele.

Răspunsul marelui Bătrân: El a rămas în durere, ca rugăciunea făcută pentru el să nu rămână singură,

¹⁴ Nu numai pentru folosul tău mă rog – spune Ioan –, ci și pentru mine. Căci folosindu-te pe tine prin rugăciunile mele, câștig și eu din iubirea cu care le fac. Și astfel, ceea ce-ți este ție spre câștig mă folosește și pe mine și deci trebuie să mă bucur și pe mine, mai ales datorită constatării că rugăciunea mea a fost ascultată. Dar, precum se vede din propoziția care urmează, autorul scrisorii socotește că are un câștig și din folosul pe care i-l aduc adresatului cei ce merg la el, pentru că îi va ruga pe aceia să se roage și pentru sine. În această împletire a tuturor în rugăciune stă folosul tuturor.

¹⁵ Când te întâlnești cu alții ca să le ceri să se roage pentru tine și pentru cei absenți, sau ca să te rogi împreună cu ei, e un lucru bun. Dar dacă nu te întâlnești cu ei, și astfel te poți ruga în liniște lui Dumnezeu, și acesta este un lucru bun.

¹⁶ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [223. (V. 150)], în: *Filocalia*, 11, pp. 318-319.



de sine.¹⁷ Dumnezeu a făcut și va face ceea ce-i este de folos prin rugăciunile sfinților.¹⁸ Amin. Și, după răspunsul acesta, fratele s-a săvârșit în pace.

Întrebare a aceluiași către același:¹⁹ *Ce este ascultarea? Și ce trebuie să cer în rugăciune? Și dacă îmi spune cineva: „Roagă-te pentru mine”, ce trebuie să fac? Oare trebuie să-l pomenesc totdeauna?*

Răspuns: Ascultarea taie voia. Dar, fără silință, nimeni nu poate dobândi ascultarea.²⁰ Iar dacă șezi (în chilie)

¹⁷ Nu trebuie să rămână singură rugăciunea cuiva pentru altul. Focul se face puternic când e întreținut de mulți cărbuni. **Rugăciunea e mai tare când e a mai multora. Sobornicitatea sau comuniunea dă putere rugăciunii. Rugăciunea comună întărește sobornicitatea sau comuniunea.** Cel ce se roagă sporește în sine când știe că rugăciunea lui e însoțită de a altora. Zborul spre Dumnezeu e mai avântat când se face de mai mulți, așa cum pasările se înalță în zbor mai mult, când zboară în stol. În căldura pe care și-o comunică cei ce se roagă împreună e simțită, mai puternică, prezența lui Dumnezeu. Granițele lor se înlătură, dar căldura comuniunii nu-i desființează ca persoane, ci fiecare se umple de căldura comună. Cu cât e cineva mai mult în durere, cu atât se roagă mai mult pentru el.

¹⁸ În ediția Volos, la notă: „Avva Dorotei, în primul său Cuvânt, adaugă că marele Varsanufie a mai spus către fratele Dosoftei și aceasta: «Du-te, copile, în pace, înfățișează-te Sfintei Treimi și mijlocește pentru noi»”.

¹⁹ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [249], în: *Filocalia*, 11, pp. 361-362.

²⁰ Ascultarea e o tăiere a voii tale de suprafață, printr-o altă voie mai adâncă. E tăierea voii plăcute a egoismului, prin voia de a-ți stăpâni egoismul plăcerilor, care te ține în îngustimea orizontului biologic și individualist, și de a te ridica în largul orizontului dumne-



pentru ascultare și nu pentru odihna trupului, prin aceasta nu împlinești voia ta, nici nu ștezi din patimă, ci ca să placi mai vârtos lui Dumnezeu. Dar dacă ștezi îndulcindu-te de odihnă, nu placi lui Dumnezeu.

Cât privește rugăciunea, zi: „Doamne, izbăvește-mă pe mine de păcatele mele și de patimile de ocară”. Și dacă cineva îți spune: „Roagă-te pentru mine”, zi în inima ta: „Dumnezeu să ne miluiască pe noi” și ajunge. Iar a-l

zeiesc și altruist. E mai multă încordare a voii în a asculta decât în a nu asculta. Voia egoistă e un capriciu ușuratic, e un răsfăț. De aceea, se poate spune că nu se poate tăia voia neascultătoare fără o osteneală a inimii și a trupului. Se numește „voie proprie” voia ce se cuvine tăiată, pentru că prin ea omul se slujește numai pe sine în mod egoist, sau în primul rând pe sine. Dar și voia prin care taie cineva această „voie proprie” e o voie care-l are pe om ca subiect, dar ca subiect care-și pune voia în slujba lui Dumnezeu și a semenilor și, prin aceasta, în slujba eului său făcut să câștige o viață înaltă și netrecătoare. El face oarecum voia altora, dar nu voia lui egoistă, ci voia care slujește binele lor, identic cu binele propriu. În același timp, face voia lui Dumnezeu, prin care urmărește binele său și al semenilor săi. Căci, după cum spune Sfântul Maxim Mărturisitorul (*Opuscula theologica et polemica*), Dumnezeu voiește ceea ce promovează firea adevărată a omului, deci ceea ce e conform cu voia adevărată a omului. În felul acesta, în adânc, voia lui Dumnezeu și voia omului (sau a tuturor oamenilor) coincid, deși subiectele sunt diferite. Totuși, întrucât voia lui Dumnezeu stă la baza ființei și voii omului, deși cea din urmă nu e de la sine, se poate vorbi de două voi. Așa se poate vorbi și de două voi în Hristos, dar și de o unitate desăvârșită între ele, mai ales că în El este și un unic Subiect al lor. În Împărăția lui Dumnezeu va fi o unire deplină între voia tuturor oamenilor și voia lui Dumnezeu, după pilda unirii celor două voi în Hristos.



pomeni totdeauna nu ți-e dat ție, ci celor desăvârșiți, care se pot ruga neîncetat unii pentru alții.²¹

Cererea aceluiași către același:²² *Îți cer, părinte, să-mi dai cuvântul că te rogi pentru mine, precum mi l-a dat și sfântul Bătrân. Căci îndată ce sunt biruit într-un lucru, gândul îmi spune: „Fiindcă ai mândrie, Dumnezeu nu-ți ajută să-ți stăpânești patimile, ca să nu cazi în slava deșartă prin stăpânirea lor; sau ți se întâmplă aceasta fiindcă, primind ușor ajutorul, îl pierzi ușor, sau pentru ca, dorind să primești ajutorul, să alergi des la Dumnezeu, sau pentru altceva”. Sau, mai degrabă, mi se întâmplă aceasta din moleșeală. Ce trebuie deci să fac?*

Răspunsul lui Ioan: Dacă toți suntem una, cum îndrăznesc să spun, deci și Bătrânul în Dumnezeu și eu cu el. Dacă el ți-a dat cuvântul, ți-l dau și eu prin el. Știu că sunt slab și prea neînsemnat, dar nu pot să mă despart

²¹ Cine se roagă pentru altul câștigă și el însuși. Căci săvârșește un act de iubire și sporește în ea, ridicându-se la o stare superioară. Apoi se roagă și pentru sine, căci prin însuși faptul că se roagă se pune în legătură cu Dumnezeu, de la Care vin bunătatea și puterea. Deci, **rugându-te pentru altul continuu, te rogi și pentru tine continuu.** Și câți pot face aceasta? Apoi cine poate să aibă mereu în minte pe toți, în mod continuu? Dar cel desăvârșit îi poate avea virtual în gând. În orice caz, rugăciunea cuiva pentru altul îl unește cu acela în cugetul lui. Astfel, **rugăciunea este un mijloc de unire între oameni, pentru că e un mijloc de iubire între ei.**

²² Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [305], în: *Filocalia*, 11, pp. 416-418.



de Bătrân, căci își face milă cu mine ca să fim amândoi una.²³ Dar ia seama la tine, frate. Străduiește-te să te ostenești să păzești poruncile. Și chiar dacă ești biruit, nu te moleși, nici nu deznădăjdui, ci ridică-te iarăși și Dumnezeu îți va ajuta. Căci se poate să pătimești pentru cele dintâi pe care le-ai spus, și pentru că, din pricina aceasta, nu-ți stăpânești patima. Dar se poate să pătimești aceasta și din pricina moleșelii. Te poți însă elibera de amândouă, aruncându-te plângând înaintea bunătății lui Dumnezeu, ca să te elibereze de ele și de alte patimi prin rugăciunile sfinților.²⁴ Amin.

²³ Se vorbește de „interioritatea reciprocă” pe care dragostea o produce între două persoane. Eu sunt în celălalt și celălalt în mine, fără să ne confundăm. Lucrând eu într-un fel, îmi arăt subiectul meu și celălalt, la fel, și-l manifestă pe al lui. Dar nu putem fi cu adevărat unul în altul, decât aflându-ne amândoi într-un subiect care ne este suport comun. Așa sunt copiii în mama lor. Dar, în mod culminant, noi suntem unul în altul pentru că ne aflăm amândoi într-un Subiect mult superior în puterea Lui cuprinzătoare și în iubirea Lui, Care ne unește pe amândoi. Iubirea Lui ne unește pe amândoi, fie că o simțim într-un mod mai accentuat sau mai puțin accentuat.

²⁴ Rugăciunile unora pentru alții răsar din unitatea între cei ce se simt uniți în Dumnezeu, cum s-a spus la nota anterioară. Dacă-l simt pe celălalt în interiorul meu, nu se poate să nu simt și strâmtoările și necazurile de care suferă el și aceasta să nu mă împingă la rugăciunea către Dumnezeu pentru el, odată ce ne simțim cuprinși în dragostea Lui. Dar interioritatea aceasta reciprocă o trăim și cu cei plecați din viața aceasta. Deci nu putem să nu ne rugăm și pentru cei pe care-i știm că au plecat apăsați de slăbiciuni și nu putem să nu gândim că și cei plecați cu mare putere și dragoste duhovnicească față de noi se roagă pentru noi, mai ales că au cu mult mai



Întrebare a aceluiași:²⁵ *De aud despre cineva că e în mare război sau în boală și pătimesc împreună cu el, spune-mi mai întâi de nu cumva această compătimire e de la draci, care voiesc să mă facă să uit de păcatele mele. Apoi, dacă e de folos să-l pomenesc în rugăciuni. Și cum îl pot ajuta, când eu mă aflu într-o primejdie mai grea și în păcate mai mari? Dar ce să fac dacă și fratele îmi cere aceasta, sau dacă îmi cere să spun și vreunui dintre părinți? Sau poate rugăciunea pentru aproapele îl deprinde și pe cel pătimăș să iubească? Cum socotești, părinte?*

Răspunsul lui Ioan: Părinții au spus celor mai tineri că nimeni nu trebuie să lase mortul propriu și să meargă să plângă pe al altuia²⁶. Căci se cuvine celor desăvârșiți să sufere împreună cu aproapele, dar compătimirea altuia de către unul tânăr e o bătaie de joc a dracilor. Căci îl judecă pe acela prostește, ca pe unul ce se află în stare rea și în primejdie, dar pe sine se socotește ca lucrând bine. De aceea, este mai de folos să nu se îngrijească de acela. Și dacă îi vine în inimă amin-tirea aceluia, sau aude de la altul despre el, să zică:

simțită în ei prezența plină de dragoste a lui Dumnezeu. Apoi n-ar putea fi uniți cei ce cred cu adevărat (din Biserică), dacă nu s-ar ruga unii pentru alții.

²⁵ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [341], în: *Filocalia*, 11, pp. 447-448.

²⁶ [cf. *Pateric*, Moise, 18].



„Dumnezeu să mă miluiască pe mine, dar și pe el.”²⁷

Și să nu spui de la tine însuși vreunui Bătrân să se roage pentru cineva, căci aceasta înseamnă că lucrul pornește de la tine.²⁸ De voiești să fugi de aceasta, amintește-i numai că cutare suferă. Și Bătrânul, auzind, se va ruga fără îndoială cu duhul pentru cel bolnav. Iar de-ți cere cineva să spui Bătrânului, împlinește această cerere pentru că ți s-a poruncit, spunându-i: „Roagă-te, părinte, pentru cutare!” Și de-ți spune acela: „Roagă-te pentru mine!”, la fel spune și tu, ca împlinind o poruncă, „Doamne, iartă-ne!”, sau: „Dumnezeu să ne ajute!”, sau: „Acoperă-ne pe noi, Doamne, în lucrul acesta!”²⁹

Și nu socoti că faci aceasta pornind de la tine, căci

²⁷ Nu poți vindeca pe altul de răutatea patimilor, dacă nu te vindeci întâi pe tine. În zadar îl compătimești pe altul, dacă în aceasta dai de înțeles superioritatea ta. Deci nu se recomandă indiferența, ci calea adevăratei ajutorări a altuia. Stinge focul din tine, ca să nu fie întreținut de el și în altul.

²⁸ Să nu te prezinți Bătrânului ca având tu însuși inițiativa în scăparea altuia. Smerește-te, lăsându-i lui inițiativa sau impresia. Altfel, ai da impresia că tu ești mai bun decât cel ce suferă de vreo patimă sau de vreo boală și că ajutorarea lui pornește de la tine și, în acest caz, e problematic ajutorul tău. Poate nu va fi primit.

²⁹ Nu te ruga numai pentru celălalt, ca și când ai fi într-o poziție superioară, ca și când n-ai avea și tu nevoie de rugăciune, ci roagă-te și pentru el și pentru tine, socotindu-te păcătos împreună cu el. Aceasta nu e o grijă egoistă de tine, ci o eliberare de slava deșartă.



ți s-a cerut să o spui și ai ascultat. Dar compătîmind cu cineva din iubire, încă nu dovedești că ai ajuns la măsura aceasta de desăvârșire. Iar dacă gândul acesta te tulbură, întreabă, și vei auzi ce trebuie să faci. Dumnezeu să te miluiască, frate!

Întrebare a aceluiași către același:³⁰ *Te rog, părinte, spune-mi în ce a constat împreună-lucrarea fiicei cananeencei (cf. Matei 15, 21-28) sau a slugii sutașului (cf. Luca 7, 2-10), de s-au vindecat? Dar a slăbănogului, care, cerând vindecarea trupului, a primit mai întâi iertarea păcatelor? În ce a constat aici împreună-lucrare? Pe de altă parte, Domnul zice Apostolilor: „Orice veți dezlega pe pământ va fi dezlegat și în ceruri” (Matei 18, 18), și: „Căruia îi veți ierta păcatele, iertate vor fi” (Ioan 20, 23). N-a spus: „De vor conlucra”. Te rog, lămurește-mi aceasta.*

Răspuns: Frate, cei ce nu înțeleg cum stau lucrurile sunt nedumeriți. Fiica femeii cananeence și sluga sutașului pierduseră conștiința de sine, cea dintâi din pricina nebuniei drăcești, cel de al doilea, datorită neputinței. Deci ei nu puteau să-și adauge împreună-lucrare la cea a celor care se rugau pentru ei. Iar slăbănogul, adăugându-și credința proprie în vindecarea trupului, s-a învrednicit de mai mult prin iubirea de oameni a Stăpânului.

³⁰ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [388], în: *Filocalia*, 11, pp. 500-502.



Căci Mântuitorul, ca să creadă oamenii că a venit, a făcut semne de la început, fără vreo împreună-lucrare a lor, și a tămăduit oamenii în dar (gratuit), ca să se împlinească cuvântul prorocesc: „Acesta slăbiciunile noastre le-a luat și bolile noastre le-a purtat” (*Isaia* 53, 4). Nefiind răspunzători de păcatele lor, oamenii se vindecau prin harul Lui, necerându-li-se împreună-lucrarea³¹, ci numai păzirea după aceea (a curăției primite), precum zice: „Iată, te-ai făcut sănătos; de acum să nu mai păcătuiești, ca să nu pățești ceva și mai rău” (*Ioan* 5, 14). Dar și Ioan zice despre El: „Iată Mielul lui Dumnezeu, Cel ce ridică păcatele lumii” (*Ioan* 1, 29). Ia aminte la ce spune: ale „lumii” întregi!

Totuși, cei ce nu L-au primit n-au dobândit vindecare, ci cu ei s-a împlinit cuvântul: „Iar dacă necredinciosul se desparte, să se despartă” (*1 Corinteni* 7, 15). Iar că Apostolilor le-a dat putere să vindece și să ierte păcatele celor ce conlucrează prin rugăciunea lor³², să te

³¹ Moștenind păcătoșenia protopărinților, înainte de a fi primit harul lui Hristos prin Botez, oamenii nu erau, într-un anumit sens, răspunzători (ἀνέυθυνοι) de păcatele lor. De aceea, nu li se cerea nici conlucrarea pentru iertarea păcatelor, fiindcă nu o puteau da. Desigur, socotirea lor ca fiind răspunzători nu echivala cu o primire a lor în Împărăția cerurilor. Aceasta avea să vină abia prin Hristos.

³² **Iisus nu vindeca rugându-Se, căci este Dumnezeu, ci, când vindeca, lucra ca Dumnezeu. Când Se ruga însă, făcea aceasta ca Om și deci atunci nu vindeca.** Dar Apostolii și Sfinții vindecau rugându-se, pentru că lucrau în această vindecare ca oameni.



Încredințeze însuși Iacov, care a primit această putere. Căci el zice: „**Mult poate rugăciunea lucrătoare a dreptului**” (Iacov 5, 16), fiindcă rugăciunea Apostolilor și a celorlalți sfinți e o rugăciune făcută lucrătoare.³³ Dar cu cea a Mântuitorului nu se întâmplă la fel, ci câți L-au primit s-au mântuit și s-au vindecat. Iar cei ce nu L-au primit s-au pierdut.

Să ne întărim deci în credință și ne vom mântui în numele lui Dumnezeu, Căruia se cuvine slava în veci. Amin.

Întrebare:³⁴ *Dacă un lucru îmi pare după Dumnezeu, dar un gând contrar se împotrivește, împiedicându-mă să-l*

Și de aceea și cei ce erau vindecați de ei trebuiau să conlucreze, rugându-se cu cei ce vindecau. Oamenii cei tari și cei slabi trebuie să se înfățișeze lui Dumnezeu împlețiți în rugăciune, pentru ca puterea lui Dumnezeu care se revarsă în cei ce sunt mai deschiși acesteia să treacă și în cei cu care vor să se unească din iubire și din înrudirea firii. Din cărbunele mai aprins din focul dumnezeiesc acest foc trece mai ușor și în cărbunele mai puțin aprins, unit cu el. Cel slăbănog și cu sufletul nu poate merge singur la Iisus, dar dorește să fie ajutat ca să ajungă în fața Lui. Cuvântul de întărire al celui mai tare în credință îi este de mare ajutor. El e ajutat astfel să simtă puterea lui Hristos sau e ridicat la starea în care simte puterea Lui.

³³ După traducătorul francez, această propoziție are sensul că Bătrânul Ioan, punând mereu accentul, ca și Varsanufie, pe comuniunea dintre om și om, consideră că rugăciunea dreptului e făcută lucrătoare sau e susținută prin cel pentru care se face. Deci și ultimul trebuie să fie activ. Dar nu trebuie nesocotit nici faptul că în această comuniune rugăciunea e făcută lucrătoare și de Dumnezeu.

³⁴ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [407], în: *Filocalia*, 11, p. 521.



fac ca nefiind bun, cum pot cunoaște de e cu adevărat bun?

Răspuns: Dacă lucrul ți se pare că e după Dumnezeu, dar i se împotrivește un gând contrar, se poate cunoaște din aceasta dacă este cu adevărat după Dumnezeu. Dacă, rugându-ne, inima noastră se alipește cu tărie de acest lucru și încrederea ei sporește în loc să scadă, atunci fie că gândul contrar stăruie să ne necăjească, fie că nu, să știm că lucrul este după Dumnezeu. Căci împotrivirea față de acest bine ne necăjește din pizma diavolului, dar binele se face și mai vădit prin rugăciune. Iar dacă binele acela e numai părut și ni s-a strecurat de diavol, care se împotrivește și față de el, atunci și ceea ce pare bine scade în arătarea lui ca bine, dar scade și împotrivirea vrăjmașului față de el. Căci vrăjmașul produce părerea că se opune chiar gândului strecurat de el, ca prin aceasta să ne amăgească să-l socotim drept bine.³⁵

Întrebare:³⁶ *Când mă rog pentru multe lucruri, oare trebuie să amintesc de fiecare în rugăciune?*

³⁵ În ultimă instanță, rugăciunea făcută cu seriozitate ne dă putința să decidem dacă un lucru pe care vrem să-l facem e de la Dumnezeu și dacă trebuie să-l facem sau nu. Ea ne scoate din îndoiala dacă un gând e cu adevărat de la Dumnezeu sau e numai în aparență de la El.

³⁶ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [438-447], în: *Filocalia*, 11, pp. 545-548.



Răspuns: Dacă vrei să te rogi pentru multe lucruri, odată ce Dumnezeu știe de care lucruri avem trebuință, roagă-te, zicând: „Stăpâne, Doamne, lisuse Hristoase, călăuzește-mă după voia Ta.”³⁷ Iar de vrei să te rogi împotriva patimilor, zi: „Tămăduiește-mă după voia Ta.”³⁸ Iar dacă te rogi împotriva ispitelor, zi: „Tu știi ce-mi este de folos, ajută slăbiciunii mele. Și fă sfârșit ispitelor după voia Ta.”

³⁷ În aceasta Hristos, ca Persoană deosebită de mine, simte că țin seama de voia Lui. În trăirea voii celuilalt îl simt pe acela ca pe o persoană cu o graniță peste care nu pot trece, ca pe o persoană cu care nu mă pot confunda. Când vreau să trec peste celălalt din mândrie, de fapt nemaștiind de o altă persoană cu care rămân în comuniune, pierd și experiența propriei persoane. Mândria și panteismul sunt strâns unite. Acceptând să se facă voia lui Hristos cu voia mea, nu mă desființez nici pe mine ca persoană, ci mă unesc cu El în comuniunea iubirii. Știu că El va face cu mine ceea ce mă ferește, ceea ce-mi dă o conștiință accentuată a propriei persoane, în comuniune cu El. Propriu-zis, ceea ce mă ferește este comuniunea cu altă persoană și în mod desăvârșit cu persoana lui Hristos. Celălalt are o graniță, dar mi-o deschide el însuși, fără să o desființeze. Și le simt pe amândouă: atât că are o graniță, cât și că o deschide el însuși din iubire pentru mine. Nu trec eu însumi peste el fără voia lui. Are o fire ca a mea, într-un fel comună, prin care sporește firea din mine. Dar a pus pe ea pecetea lui și mi-o comunică prin voia lui. Aceasta îmi produce o dublă bucurie: că primesc ceva ce e înrudit cu mine și mă sporește, dar primesc cu voia lui, din iubirea lui. Aceasta e ceea ce mă bucură propriu-zis, îmi dă viață. Taina aceasta are gradul culminant în Sfânta Treime și e susținută între noi de Sfânta Treime. Se poate vorbi în Sfânta Treime chiar de o singură voie și totuși de Trei voitori.

³⁸ Chiar numai cerând lui Hristos să se facă voia Lui în tine în privința patimilor, te tămăduiești de patimi, pentru că renunți la mândria egoismului tău.



Întrebare: *Dacă întârzii mai mult în rugăciune, oare trebuie să stăruie în rostirea aceluiași cuvinte?*

Răspuns: Nu numaidecât. Dar stăruie în înțelegerea lor. Numai la aceasta trebuie să iei aminte: cererea să se facă după voia lui Dumnezeu, Care poate să dea toate; să se împlinească scopul rugăciunii, care este să se împlinească ceea ce cerem după voia lui Dumnezeu.³⁹

Întrebare: *Dacă voiește cineva să chivernisească unele lucruri în chip bine-credincios sau să le trimită cuiva după buna plăcere a lui Dumnezeu, și nu știe cum să o facă și nu află nici la părinți călăuzire, ce trebuie să spună în rugăciune?*

Răspuns: Să se roage așa: „Doamne, sunt în mâinile Tale. Tu știi ce-mi este de folos. Călăuzește-mă după voia Ta și să nu mă lași să rătăcesc printr-o rea întrebuințare a acestor lucruri, căci ale Tale sunt

³⁹ Aceasta e ceea ce trebuie să urmărim în mod principal prin rugăciune: să se unească voia noastră cu voia lui Dumnezeu, să ne deschidem iubirii Lui față de noi, să se deschidă granița noastră față de El și granița Lui față de noi; să ne comunice din iubire cât mai mult din Sine fără să ne desființeze, ci întărindu-ne ca și noi să ne deschidem acestei iubiri a Lui. Îi spunem în rugăciune lui Dumnezeu ce simțim că ne trebuie, dar lăsăm să împlinească aceea după cum El știe și voiește, arătându-se și în aceasta unirea noastră cu El fără desființarea Lui sau a noastră, ca persoană, în rugăciune. Îi cerem propriu-zis Lui să vină în noi, căci prin El ne vine totul.



lucrurile și Tu stăpânești asupra lor. Rânduiește, ca un Stăpân, să le întrebuițez întru frica Ta.⁴⁰ Că a Ta este slava în veci. Amin”.

Întrebare: *Când șed sau citesc sau fac vreun lucru de mână și voiesc să mă rog, gândul îmi cere să caut spre răsărit. Ce trebuie să fac, părinte?*

Răspuns: Fie că șezi, fie că te plimbi, fie că lucrezi, fie că mănânci, fie că faci altceva, fie că împlinești trebuința trupului, roagă-te fără să faci deosebire de se întâmplă să cauți spre răsărit sau spre apus. Căci ni s-a poruncit să ne rugăm neîncetat (cf. *1 Tesaloniceni* 5, 17) și în tot locul (cf. *1 Timotei* 2, 8). Și iarăși s-a scris: „Gătiți calea celui ce urcă spre apus: Domnul este numele Lui” (*Psalmii* 67, 4). Aceasta arată că Domnul este pretutindeni. Și chiar atunci când ai capul acoperit, nu te

⁴⁰ Nu noi suntem stăpânii ultimi ai lucrurilor, ai naturii. Noi suntem numai administratorii lor după voia lui Dumnezeu, Care știe cum trebuie să fie chivernisite spre folosul nostru, al tuturor. De aceea, nici indivizii nu trebuie să se facă stăpânii acestora, certându-se și nedreptățindu-se din cauza lor, nici instituțiile generale în numele unor colectivități. Numai întrucât ni s-au dat în administrare spre folosul nostru, se spune în Facerea: „Stăpâniți pământul” (I, 28). Dar nu trebuie să uităm că lucrurile trebuie să le folosim cu iubire între noi și cu recunoștință pentru Cel ce ni le-a dat, ținând seama de condițiile fundamentale în care ne pot fi de folos atât trupește, cât și duhovnicește, și de voia lui Dumnezeu, Care urmărește de fiecare dată să fie întrebuițate potrivit acestui folos. De aceea, ne apucăm de orice faptă sau de folosirea oricărui lucru făcând peste el semnul Crucii.



lipsi de rugăciune. Ia seama numai să nu te rogi cu nepăsare.⁴¹

Întrebare: *Îmi spune gândul: „În toate păcătuiești și trebuie să spui în tot cuvântul, și fapta, și gândul: am păcătuît. Căci dacă nu mărturisești păcatul, te socotești pe tine ca unul care n-ai păcătuît”. Și tare sunt chinuit de amândouă acestea: că nu pot spune asta în fiecare dintre cele amintite, iar de nu o spun, mă socotesc că am păcătuît.*

Răspuns: Trebuie să fim întotdeauna încredințați că păcătuim în toate: și în cuvânt, și în faptă, și în gând. Dar nu putem să spunem în fiecare dintre acestea că am păcătuît. De aceea întristarea pentru aceasta e o lucrare a dracilor, care voiesc să ne arunce în descurajare. Dar și gândul de a socoti că n-am păcătuît, dacă nu spunem în fiecare din cele amintite: „Am păcătuît”, e necuvenit. Deci să ne aducem aminte de Ecclesiastul, care zice: „Vreme este a grăi și vreme este a nu grăi” (3, 7). Să spunem dimineața pentru noaptea și seara pentru ziua, în rugăciune, cu străpungerea inimii, Stăpânului Dumnezeu: „Stăpâne, iartă-mi-le toate pentru numele Tău cel sfânt și vindecă sufletul

⁴¹ Nota ediției Volos: „Din aceasta se vede că în starea de rugăciune propriu-zisă, când nu facem și altceva, bărbații trebuie să se roage cu capul descoperit, cum spune și Apostolul Pavel (cf. 1 Corinteni 11, 4)”.



meu, că am greșit Ție”. Și-ți ajunge aceasta. Așa cum cineva are datornic pe un oarecare, căruia i-a împrumutat o sumă, și primește de la el din aceea pe rând și nu poate încheia cu el vreodată toată socoteala, el neplătind totul, așa e și aici.⁴²

Întrebare: *Mi se întâmplă, atunci când rostesc stihurile psalmilor, să mă împrăștiu cu mintea și să hoinăresc. Ce să fac?*

Răspuns: De te-ai împrăștiat, reia psalmul pe care-l rostești de la cuvintele pe care ți le amintești. Și dacă, încercând o dată, de două, de trei ori, nu poți să-ți amintești de acele cuvinte, sau, amintindu-ți-le, nu poți înainta la cele de după ele, reia psalmul de la început. Căci scopul vrăjmașului este ca, prin uitare, să te împiedice de la slăvirea lui Dumnezeu. Iar a spune psalmul în continuare înseamnă să slăvești pe Dumnezeu. Dar neîmprăștierea e proprie celor ce au

⁴² Îi dăm lui Dumnezeu datoria noastră pe rând. Iar aceasta ar trebui să ne țină mereu trează conștiința că îi suntem datori, precum ar trebui să-l spunem mereu: „Am păcătuț”. Dar nu putem face aceasta mereu. Ba, mai mult, dacă am spune mereu: „Am păcătuț”, ne-am obișnui s-o spunem fără atenție. De aceea e o ispită a dracilor de a te socoti nemulțumit că nu poți spune mereu: „Am păcătuț”. Și din răspunsul acesta și din cel privitor la „pecetluire” se poate deduce că autorii scrisorilor ar fi spus același lucru și despre o împărtășire deasă cu Trupul și cu Sângele Domnului. Căci și aceasta poate duce la slăbirea concentrării în primirea lor.



simțirile curate⁴³, iar noi suntem slabi. Deci când ne dăm seama de împrăștiere, să ne trezim la înțelegerea celor spuse, ca aceasta să nu ni se facă pricină de osândă.⁴⁴

Întrebare: *Când mă împrăștiu cu gândul în rugăciune, ce să fac?*

Răspuns: Când te rogi lui Dumnezeu și te împrăștiu [cu gândul], luptă-te până ce te rogi fără împrăștiere. Și supraveghează-ți mintea să nu se împrăștie. Iar dacă, din pricina slăbiciunii noastre, împrăștierea stăruie până la sfârșitul rugăciunii, caută să ajungi la străpungerea inimii și zi plin de pocăință: „Doamne, miluiește-mă și-mi iartă toate greșalele mele”. Și vei lua iertare de toate greșalele și de împrăștierea care ți s-a întâmplat în rugăciune.⁴⁵

⁴³ Cine are simțirile curate, nu e atras prin ele de lucruri, de persoane, sau de amintirea acelor. Acela, rostind psalmii, cugetă la Dumnezeu. Și datorită acestui fapt nu se împrăștie de la înțelesul stihurilor. Simțirile curate ne ajută la interiorizare și prin aceasta la stăruirea în întâlnirea cu Dumnezeu.

⁴⁴ Disprețuind cele spuse nouă de Dumnezeu prin psalmi, ne atragem osânda lui Dumnezeu, sau ne închidem vieții curate și înalte de la El, rămânând în starea morții sufletești.

⁴⁵ Cererea milei lui Dumnezeu cu durerea inimii până la sfârșiere ne scapă și de împrăștiere. Și de s-ar întâmpla aceasta din când în când, măcar pentru câteva clipe, descoperindu-ne omenescul actualizat din întâlnirea cu Dumnezeu cel viu, producător de simțire umană, ar fi de mare ajutor pentru creșterea noastră duhovnicească. Fără un Dumnezeu personal n-ar exista puțința unei continue sensi-



Întrebare: Când un frate rostește stihuri în timpul psalmodierii, uneori gândul meu se umple de pace, alteori se împrăștie. Ce trebuie să fac?

Răspuns: Când gândul ți se umple de pace și te simți străpuns la inimă de stihurile rostite de frate, folosește-te de acest lucru. Iar de vezi că mintea îți este robită de alte gânduri, adu-o la străpungere, ca să ia aminte la doxologia fratelui.

Întrebare: Dar mi se întâmplă că, voind să înțeleg cele rostite de fratele, să se nască în mine o ispită față de el.⁴⁶ Ce să fac?

bilizări a omului, pentru că nu l-am cere mila cu sentimentul că ne-o poate da, cu sentimentul că El Însuși este plin de milă față de noi, sau Izvorul milelor. Chiar oamenii care nu știu de milă nu sunt oameni adevărați. Iar organul sufletesc prin care simțim mila și devenim miloși e inima. Ea e puntea simțitoare între persoană și persoană, prin ea dăruim mila, dar și simțim mila lui Dumnezeu. Omul cu inima împietrită e omul fără inimă, omul în care nu mai funcționează acest organ. Când el se înviorează, se simte străpuns în învârtoșarea lui, dar nu se poate simți deplin străpuns decât în întâlnirea cu Dumnezeu cel milostiv. El ne înmoaie inima prin mila Lui. Prin străpungerea de această milă, inima recâștigă simțirea lui Dumnezeu și simte îndemnul să-L preamărească pentru aceasta și să-l mulțumească. Iar această simțire îl scapă pe om de orice împrăștiere a gândurilor la lucruri mărginite, care îl coboară în planul închis, monoton, al unor scurte plăceri egoiste sau al unor nemulțumiri fără importanță.

⁴⁶ Se întâmplă ca, auzind pe celălalt rostind psalmi de conținut curat și înalt, să se trezească în cel ce-l ascultă gânduri de critică la adresa aceluia, să-și aducă aminte de anumite fapte ale lui, care nu i-au plăcut.



Răspuns: și aceasta este o robie⁴⁷, căci vrăjmașul mută mintea de la un lucru la altul.⁴⁸ Dar adu-ți iarăși inima la străpungere⁴⁹ când vezi venind războiul, și zi-ți ție cu certare: „Unde mergi, nenorocitul? Gândește-te la chinurile care te așteaptă. Căci pe acestea le vor suporta cei ce le fac sau le gândesc”. Nu fără rost aducea lov jertfe pentru fiii lui, zicând „ca nu cumva să fi gândit ei vreun rău despre Dumnezeu în inimile lor” (Iov I, 5). Și, zicând acestea, alipește mintea ta de stihuri. Iar de o vezi că se depărtează iarăși, ceartă-te din nou și fă aceasta până la a treia oară. Dacă stăruie, desparte-o de ceea ce gândește și n-o lăsa fără lucru, ci gândește-le la Judecata și la chinurile veșnice. Și cheamă numele cel sfânt al lui Dumnezeu, zicând: „Doamne, lisuse Hristoase, miluiește-mă”.

Întrebare: *Dacă stă cineva la rostirea psalmilor cu frații, dar nu știe să spună psalmii cu ei, ce îi este mai de folos:*

⁴⁷ Cuvântul „robie”, adică luarea mea în stăpânire fără voia mea, e întrebuițat numai pentru ceea ce fac cu mine pornirile rele, care-mi subjugă libertatea fără voia mea deplină. Dumnezeu nu mă robește, pentru că binele nu mă robește fără voia mea. Lui Dumnezeu mă fac „rob” cu voia. Sunt „rob” liber, rob „puternic” în a face tot ce e bine și a mă întări în bine. Aceasta nu e „robie” propriu-zisă.

⁴⁸ Sunt purtat de la un „loc gândit” la alt „loc gândit”, de la o temă la alta, fără voia mea, ca un rob legat.

⁴⁹ Străpungerea e și o trezire la simțirea sinei adevărate, o trezire din tocirea inconștienței păcătoase. Ea te trezește și când ești amenințat de robia unei fapte păcătoase.



să-i asculte, sau să-i spună pentru sine pe cei pe care îi știe?

Răspuns: Dacă nu știe psalmii pe care îi rostesc aceia, în loc să-i asculte, e mai bine să-i spună pentru sine pe cei pe care-i știe. Căci ascultarea e împreunată cu împrăștierea.

Același⁵⁰, fiind slăbit și neputând sta în picioare ca să-și facă slujirea (pravila), nici să mănânce o singură dată pe zi, l-a rugat pe același mare Bătrân să se roage pentru el și să-i spună ce trebuie să facă.

Răspuns: Când evreii aveau să fie eliberați din robia egiptenilor, au avut de îndurat o mare strâmtorare și un mare necaz între mare și barbari. Și după acele semne și minuni, pe care ochii lor le-au văzut făcându-se între egipteni și în toată țara acelora, au uitat de Dumnezeu, Care le-a făcut pe acestea, și s-au apropiat de deznădejde, văzând pe faraon și toată puterea lui gata să cadă asupra lor. Numai Moise a rămas cu încredere lângă atotputernicul Dumnezeu. Și fiindcă „aproape este Domnul de toți cei ce-L cheamă pe El cu adevărat” (*Psalmii* 144, 18), Cunosătorul de oameni i-a răspuns lui Moise, care striga către El, acoperind cu ușa tăcerii buzele lui: „Ce strigi către Mine? Lovește cu

⁵⁰ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [511], în: *Filocalia*, 11, pp. 615-617.



toiagul din mâna ta marea și se va despărți; și poporul va trece prin ea [...] și voi fi slăvit întru faraon și întru toată puterea lui" (*Ieșirea* 14, 15-17).

Așa e și aici. Este o neputință și o piedică din partea dracilor, apoi necaz și tulburare de gânduri. Și trupul se moleșește de slăbiciune și e apăsător de povara dracilor. Dar dacă strigă Moise, adică dacă strigă mintea veghind, fie că șezi, fie că ești culcat, o aude Cel ce aude cele ascunse ale inimii și se împlinește cuvântul: „Eu dorm și inima mea veghează” (*Cântarea Cântărilor* 5, 2). Și ceartă marea, zicând: „Deschide cale poporului Meu”, și faraon se îneacă împreună cu toți ai lui, și poporul se liniștește și prăznuiește și se bucură, sărbătorind prezența lui Dumnezeu.⁵¹ Deci fie că stai în picioare, fie că șezi, fie că te întinzi pe pat, inima să vegheze spre a săvârși liturgia psalmilor

⁵¹ Sufletul frământat de tot felul de gânduri, de necazuri, de îndoieli e ca un ocean din al cărui vifor nu se vede o ieșire. E un infinit finit în monotonia aceluiași valuri, mereu variate, în marginile acestei monotonii. Străfundul lui, închis în el însuși, e una cu moartea, care în viața viitoare va fi și mai mult un tumult fără sfârșit și totuși monoton. Dar sufletului care se liniștește de conștiința prezenței lui Dumnezeu, în care toate se luminează, e deschis mângâierii și asigurării bunătaților infinite ale lui Dumnezeu. Lumina aceasta îi este o adevărată sărbătoare. E singura cale pe care se poate înainta mereu în mod real, deși înaintarea aceasta este una cu liniștea. Așa se spune la sfârșitul acestui răspuns. Acest suflet nu mai rămâne învâluit în același tumult monoton, cu toată relativa deosebire a valurilor lui.



tăi, plecându-te la rugăciune și căzând neîncetat înaintea Lui⁵², fie noaptea, fie ziua. Și atunci se depărtează, rușinați, vrăjmașii care-ți războiesc sufletul. Cât privește o a doua mâncare, să-ți fie dieta cuviincioasă și cu frica lui Dumnezeu, și fii încredințat că nu vei fi osândit. Aceasta constă în a nu lua nimic cu poftă, ci orice ai afla să primești cu stăpânire de sine. Și să rămâi flămând și nu sătul, după ce ai mâncat. Și roagă-te pentru mine, ca să străbat cu voie bună și cu veselie calea care se întinde înaintea mea lină și bătătorită, plină de pace, de bucurie, de veselie și de lumină. Căci de acestea nu se poate sătura cineva vreodată. În afară de această cale nu este alta.

Același⁵³, căzând într-o boală și neputând răbda durerea, i-a cerut aceluiași Bătrân rugăciunea și ajutorul.

Răspuns: Fratele meu și iubitul meu în Domnul! Cu încredințarea despre iubirea pe care o am față de tine în Hristos, îți descopăr tainele lui Dumnezeu. Căci știi și ești convins că mă rog lui Dumnezeu noaptea și ziua, ca să ne mântuiască de cel viclean, ducându-ne în veșnica lui Împărăție. Deci, când mă rugam odată

⁵² Te poți pleca în rugăciune și poți cădea la picioarele lui Dumnezeu, chiar șezând sau rămânând culcat. Căci te pleci cu mintea nevăzută înaintea Celui nevăzut și cazi cu ea în fața Lui.

⁵³ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [513, 514, 516], în: *Filocalia*, 11, pp. 619-622.



ca de obicei, mi-a spus: „Lasă-Mă să-l încerc spre folosul sufletului lui și printr-o boală trupească, ca să cunoască până unde merge răbdarea lui și ce va moșteni prin rugăciuni și dureri”. Iar eu am zis: „Dar cearcă-l, Stăpâne, cu milă, ca pe un fiu adevărat și nu ca pe unul nelegitim”. Nu era nevoie să-ți arăt acestea, dar ți le-am descoperit ca să afli bucuria care ți s-a rânduie. Nu te întrista deci, căci Dumnezeu te va milui. Iar de stai la îndoială, pleacă-ți grumazul, știind ce au răbdat sfinții mucenici și unge cu puțin untdelemn amestecat cu apă sfințită locul care te doare. Și Dumnezeul nostru, cu voia Lui, va face milă cu tine precum voiește. Nu-i o plăcere pentru mine să te văd că suferi, fie cu sufletul, fie cu trupul. Dumnezeu să te miluiască. Roagă-te pentru mine.

A aceluiași: Cerere de rugăciune și de ajutor pentru aceeași boală, către același mare Bătrân.

Răspuns: Frate moleșit și cârtitor, de ce te necăjești de ce strigi și de ce trimiți cereri departe, când ai pe Iisus stându-ți aproape și dorind să fie chemat de tine⁵⁴ în ajutorul tău? Strigă către El: „Stăpâne!”, și-ți va

⁵⁴ Iisus e lângă noi. Vrea să ne ajute, dar nu vrea să lucreze asupra noastră fără voia noastră, fără să simțim nevoia ajutorului Lui, arătând aceasta prin chemarea Lui. Nu vrea să mă trateze ca pe un obiect și să n-am niciun folos sufletesc din vindecarea trupească pe care mi-o dăruiește. Socotind că aceasta nu s-a făcut prin El ca Dumnezeu, mă încred numai în legile naturii, mă las numai în seama lor.



răspunde. Atinge poala hainei Lui (cf. *Matei* 9, 20), și-ți va vindeca nu numai această boală, ci toate patimile. Dacă mintea ta ar fi unde trebuie, nici mușcăturile șerpilor veninoși și ale scorpiilor n-ar putea ajunge la simțirea durerii trupului.⁵⁵ „Am uitat, zice, să mănânc pâinea mea, de glasul suspinului meu” (*Psalmii* 101, 5-6). Nu te necăji, mila lui Dumnezeu îți este aproape. Te îmbrățișez în Domnul. Fă-te sănătos strigând către El.

*Mulțumirea aceluiași: Îndată ce a pornit de la sfântul Bătrân acest răspuns, s-a și vindecat chiar în acel ceas, și a trimis mulțumire lui Dumnezeu și Bătrânului, cerând totodată rugăciunea neîncetată a acestuia pentru sporirea și mântuirea sa.*⁵⁶

Răspuns: Preaiubite frate, să înălțăm Stăpânului nostru Dumnezeu laudă neîncetată, că ne dăruiește cele de față pentru o viață liniștită. Căci, învățându-ne prin greutate, ne câștigă; și ispitindu-ne, ne dăruiește scăparea și puterea spre răbdarea necazurilor

⁵⁵ Mintea înaintată în dulceața vieții spirituale nesfârșite, trăită în Dumnezeu, poate copleși simțirea de o tărie negrăit mai mică a durerii trupesti. Martirii aruncați la fiare nu simțeau, în dragostea lor înfocată pentru Hristos, mușcăturile acelorora.

⁵⁶ Toate scrisorile sunt pline de încrederea pe care trebuie să o avem în rugăciunile altora. Chiar mângâierea ce o aduce cuiva gândul la altul, care se îngrijește de el prin rugăciune, îi aduce o întărire.



(cf. 1 Corinteni 10, 13). Și astfel, pe toți ne omoară și ne face vii⁵⁷ (cf. 1 Regi 2, 6), „făcându-ne priveriște lumii, îngerilor și oamenilor” (1 Corinteni 4, 9). Să-L bucurăm deci pe El prin smerenia noastră, prin răbdare, prin blândețe, prin îndelungă-răbdare, prin cuviință, prin pace, prin mulțumire.⁵⁸ Fie ție, prea dorite frate, toate câte le-ai cerut în Hristos Iisus, întru Care vă îmbrățișez, și mă rog să vă păzească pe voi întru numele Lui de tot răul. Amin.

Un frate⁵⁹ a întrebat pe Ioan, celălalt Bătrân: Părinte, roagă-te pentru mine, pentru Domnul. Și spune- mi dacă

⁵⁷ „Ne omoară și ne face vii”, adică ne duce la marginea vieții, face ca viața noastră să nu mai atârne decât de un pai. Dar tocmai prin aceasta primim o viață cu totul nouă față de cea de pe pământ, o viață care vine exclusiv de la Dumnezeu, Izvorul vieții. Tocmai în starea aceasta de morți vieții pământești simțim puterea lui Dumnezeu asupra neputinței lumii și a noastră. Și, din simțirea acestei puteri, revenim la altă viață, care nu-și pune nădejdea în trup, ci în Dumnezeu și în Duhul. Prin moarte trecem la adevărata viață, simțim puterea adevăratei vieți chiar în ajungerea la marginea vieții după trup. De aceea, pe măsură ce slăbim, ne simțim întăriți de Dumnezeu, dacă continuăm să existăm și să lucrăm pentru El. „Când sunt slab, atunci sunt tare” (2 Corinteni 12, 10). Pe măsură ce ne apropiem de marginea vieții pământești, ne simțim în tinda vieții veșnice. Minunea aceasta, care se petrece cu noi, îi minunează și pe îngeri și pe oameni.

⁵⁸ Dărâmând zidul mândriei, al egoismului nostru, scoțând din împietrire umanitatea noastră, ne deschidem lui Dumnezeu, comunicăm cu El prin toate.

⁵⁹ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [544], în: *Filocalia*, 11, pp. 642-643.



e bine să cerem de multe ori părinților să se roage pentru noi, chiar dacă ne-au asigurat că fac aceasta. Oare nu părem că-i ispitim prin aceasta?

Răspunsul lui Ioan: Frate, ți-am scris de multe ori despre rugăciune, că, în virtutea poruncii lui Dumnezeu, **suntem datori să ne rugăm unii pentru alții**. Mai ales când ni se cere aceasta, suntem mai mult decât îndatorați să o facem. Deci nu putem să nu punem toată puterea noastră în aceasta.⁶⁰ Iar a cere rugăciunile părinților noștri, e de mare folos. Căci zice: „Rugați-vă unii pentru alții” (*Iacov* 5, 16). Și iarăși: „Nu au trebuință cei sănătoși de doctor, ci cei bolnavi” (*Luca* 5, 31).

⁶⁰ Dumnezeu vrea să ne rugăm unii pentru alții. Căci prin aceasta, nedisprețuind pe Dumnezeu ca Izvor a tot darul, ne arătăm totodată și iubirea unuia pentru altul, așa cum vrea Dumnezeu. Căci nu trebuie ca eu să rămân indiferent la mântuirea celorlalți, interesându-mă numai de a mea, așa cum nu trebuie să mă îngrijesc numai de pâinea mea, iar mizeria celorlalți să nu mă intereseze. Dar cu mult mai mult trebuie să mă intereseze viața lor veșnică decât cea trecătoare. De aceea e de trebuință să și cerem rugăciunea altora, nu numai să le-o acordăm pe a noastră. Căci prin aceasta arătăm și smerenia noastră și faptul că avem nevoie de iubirea lor. În aceasta arătăm lui Dumnezeu că și noi avem nevoie de iubirea altora, precum și ei au nevoie de a noastră. Așa ne-a făcut Dumnezeu: să ne iubim unii pe alții, văzând în noi nevoie să iubim și să fim iubiți. De aceea, cu mult mai mult trebuie să ne rugăm pentru alții când aceia ne-o cer. Ne-am dovedit mai nesimțitori când alții ne cer iubirea, iar noi nu le-o dăm, decât atunci când, socotind că alții n-au nevoie de iubirea noastră, ne-am putea justifica dacă nu le-am arăta-o.



Și nu trebuie să uităm să ne aducem aminte de îndrăzneala văduvei față de judecătorul nedrept (cf. *Luca* 18, 1-8). Și dacă Tatăl nostru Cel ceresc cunoaște cele de care avem trebuință, înainte de a le cere de la El, pentru ce n-a zis: „Nu le cereți, căci știu ce voiți înainte de a Mi le cere”? Ci El însuși a zis: „Cereți și veți lua”⁶¹ (*Ioan* 16, 24). Deci bine este să cerem, ca să primim după făgăduința Lui. Iar cerând rugăciunea⁶² Avei, zi așa: „Avva, mă simt rău, roagă-te pentru mine, căci știu că am nevoie de ajutorul lui Dumnezeu”. Și Dumnezeu își va face milă cu tine precum voiește. Căci a lui este iubirea de oameni și a Lui slava în veci. Amin.

Întrebare:⁶³ *Scriptura zice: „De se va ridica peste tine mânia celui stăpânitor, nu te clinti din locul tău” (Ecclesiastul 10, 4). Ce înseamnă aceasta?*

⁶¹ Tatăl ceresc cunoaște cele de care avem trebuință înainte de a le cere. Totuși, voiește să le cerem, și nu ni le dă dacă nu le cerem. Pentru că trebuie să venim și noi la conștiința că avem trebuință de ele, și să ne dăm seama că numai de la El le putem primi. El vrea o legătură afectuoasă cu noi, în care trebuie să fim și noi parteneri activi. În zadar îmi îmbie cineva iubirea lui, dacă nu simt și eu trebuința ei și nu umblu după ea. Numai prin aceasta nu vin la adevărata viață.

⁶² E bine să strâmtorăm continuu pe alții cu rugămintea noastră. Căci în aceasta arătăm marea nevoie pe care o avem de ei și întărim mila lor față de noi. Ne strângem prin aceasta cu inima lângă ei, îi facem s-o simtă, ca să bată și inima lor pentru noi. Numai o inimă simțitoare poate trezi simțirea altei inimi sau poate atrage atenția asupra ei.

⁶³ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [558-559], în: *Filocalia*, 11, pp. 659-660.



Răspuns: Să nu-i îngădui să se ridice asupra ta, nici să vorbești cu el, ci aleargă la Dumnezeu. Căci, dacă voiești să-i răspunzi, vei cădea în palavre și te va împiedica de la căldura rugăciunii.

Un frate a întrebat pe același Bătrân: Dacă aud că cineva vorbește rău de mine, ce să fac?

Răspuns: Ridică-te îndată și fă o rugăciune, întâi pentru el, apoi pentru tine, zicând: „Doamne, lisuse Hristoase, miluiește pe acest frate și pe mine, slugă nevrednică. Și ne acoperă pe noi de cel-rău cu rugăciunile sfinților.”⁶⁴ Amin.

Cerere:⁶⁵ *Fiindcă ne-ați vestit de mai înainte, stăpâne, sfârșitul vostru și de aceea sunt stăpânit de frică și de întristare, ca nu cumva pentru nevrednicia mea să fim părăsiți de Dumnezeu, dă-mi te rog o asigurare că, precum suntem ajutați în timpul vieții voastre, așa vom fi ajutați și după plecarea voastră la Dumnezeu, și că o să ne ajute Dumnezeu în toate, cu mila Lui.*

⁶⁴ Are nevoie de rugăciune întâi fratele care mă vorbește de rău. Dar am nevoie și eu, ca să nu fiu furat de supărare împotriva lui pentru că el a găsit ceva la mine care nu e bun. Dar întrucât amândoi suntem nevrednici, să-L rugăm pe Domnul să ne ierte pentru rugăciunile sfinților, la a căror dragoste între ei și față de noi e bine să gândesc, ca la un model al dragostei pe care trebuie să o avem și noi întreolaltă.

⁶⁵ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [598], în: *Filocalia*, 11, pp. 700-701.



Răspuns: Dumnezeu a spus o dată pentru totdeauna: „Nu te voi lăsa, nici nu te voi părăsi” (*Iosua* 1, 5). Și credem în Dumnezeu că El va face aceasta mai mult decât acum, când sunt cu voi. Fie că o ceri, fie că nu o ceri, El vă va ajuta mai mult decât ceri, precum a spus Apostolul: „Că nu știm să ne rugăm cum trebuie” (*Romani* 8, 26).⁶⁶ Domnul nostru Iisus Hristos, Care s-a coborât pentru mântuirea noastră de pe tronul părintesc⁶⁷, El Însuși să vă mântuiască și să vă restabilească,⁶⁸ și să vă păzească de cel-rău, lucrând și noi împreună, prin rugăciunile Sfinților.⁶⁹ Amin.

⁶⁶ Nu știm să exprimăm tot ce simțim nici în convorbirile dintre noi, cu atât mai puțin când avem de exprimat, în fața lui Dumnezeu, gânduri și cereri cu mult mai adânci și mai subțiri. **Rugăciunea ar trebui să fie o supremă poezie, căci numai așa se apropie de realitatea atât de complexă pe care s-ar cuveni să o trăim mai ales în acele clipe.**

⁶⁷ Iisus, Care s-a coborât la noi făcându-Se om, rămâne mereu coborât prin umanitatea Sa, dar, după răstignire, ea e o umanitate care a trecut prin pătimirea noastră cea mai grea, prin moarte, iar după Înviere e o umanitate care are și suprema tărie adunată în ea prin biruirea de El a slăbiciunilor și morții suportate pentru noi.

⁶⁸ Ne restabilește din răul cu voia, sau din păcatul în care am căzut. Se vede că nu e vorba de apocatastaza origenistă.

⁶⁹ E o împreună-lucrare a noastră cu El, dar ajutată și de rugăciunile Sfinților, care-și iradiază simțirea de dragoste nu numai către Domnul Iisus Hristos, ci și către noi, unită cu dragostea lui Hristos. Această putere a dragostei lui Hristos, care e prezentă în rugăciunea sfinților și o stimulează, pune în mișcare, încadrând în ea, și lucrarea noastră. Realitatea spirituală ca viață e complexă, e împletită din componente indefinite, ceea ce rațiunea, care separă ca să înțeleagă, nu poate pricepe.



Întrebare:⁷⁰ *Un frate, înștiințat despre acestea, a întrebat pe același mare Bătrân: iubirea ta a spus că păcătosul poate să se elibereze de păcatele sale prin pocăință. Dar nu are, oare, păcatul trebuință și de rugăciunea sfinților, ci îi este îndeajuns ce face el? Mai ales dacă nu arată o pocăință adevărată, iar sfinții se roagă pentru el, nu se șterg păcatele lui datorită lor?*

Răspuns: Dacă omul nu face tot ce poate și nu unește aceasta cu rugăciunea sfinților, nu are niciun folos de rugăciunile sfinților pentru el. Căci dacă ei se înfrânează și se roagă pentru el, iar el se dedă plăcerilor și leneviei, ce-i folosește rugăciunea lor pentru el?

Atunci se împlinește ceea ce s-a spus: „Când unul zidește și altul strică, ce folos au, fără numai că se ostenesc?” (*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 34, 25). Căci dacă s-ar putea ca cel pentru care se roagă sfinții să se mântuiască fără să dea și el puțină luare-aminte, n-ar fi nicio piedică pentru Dumnezeu ca ei să facă aceasta și pentru toți păcătoșii lumii. Dar chiar dacă se ostenește puțin și păcătosul, el are nevoie și de rugăciunea dreptului, căci spune Apostolul: „Mult poate face rugăciunea lucrătoare a dreptului” (*Iacov* 5, 16).

Așadar, când se roagă sfântul și dreptul, trebuie să conlucreze și păcătosul prin pocăința lui, după

⁷⁰ Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [616], în: *Filocalia*, 11, pp. 741-742.



puterea lui, cu rugăciunea sfinților, nefiind în stare să-și plătească singur datoriile. El aduce din partea sa puțin, iar rugăciunea sfinților mult. Căci precum cineva, având de cărat zece măsuri de grâu, nu poate căra nici două, dar află pe un om temător de Dumnezeu care poate căra nouă, lăsându-i lui una, astfel se mântuiește și nu e jefuit pe drum de tâlhari, la fel e și aici.⁷¹

Păcătosul se mai aseamănă cu omul ce datorează o sută de monezi (de aur), care, înștiințat de creditori că trebuie să-și plătească datoria, se duce la alt om credincios și bogat și-l roagă să-i dea din iubire cât poate, iar acela, având iubire de oameni și văzând necazul acestuia, milostivindu-se de el, îi spune: „Frate, tot ce am în mâinile mele dau pentru tine. Eliberează-te de datorie.” Datornicul trebuie deci să se silească și să dea puținul pe care-l poate da, ca să se elibereze de multe. Căci, dacă acel om milostiv nu vede pe datornic că a adus cele zece monezi ale sale, va înțelege că e zadarnic să dea cele nouăzeci de monezi ale lui, știind că astfel nu se vor completa cele o sută datorate.

⁷¹ Rugăciunea celui ce se clatină din pricina păcatelor sale nu străbate cu putere la Dumnezeu, ci rămâne în șovăieli, contrar rugăciunii celui întărit întru curăție și iubire de Dumnezeu și de oameni. Acela se gândește încă și mai mult la plăcerile păcatelor sale, la egoismul său, nu se comunică în întregime lui Dumnezeu.



Întrebare a aceluiași către același mare Bătrân:⁷² *Nu mă opun, stăpâne, la nimic din cele ce-mi poruncești. Dar roagă-te pentru mine, ca să dobândesc ajutorul lui Dumnezeu și să fiu acoperit de ispitele ce se ridică împotriva mea.*

Răspuns: Știu că nu sunt nimic⁷³ și că nu am rugăciune precum voiește Dumnezeu. Dar cel ce cere cuiva să se roage pentru el trebuie să aducă și din partea lui o mică osteneală la rugăciunea celui ce se roagă, căci s-a scris: „Mult poate rugăciunea stăruitoare a dreptului” (Iacov 5, 16), adică ajutată de cel ce i-a cerut rugăciunea.⁷⁴ Îngerul tău trebuie să știe că nu puțin te acoperă Dumnezeu prin rugăciunile sfinților. Dar ia aminte cum se roagă și diaconul pentru tine, spunând

⁷² Extras din Sf. VARSANUFIE ȘI IOAN, *Scrisori duhovnicești*, [824], în: *Filocalia*, 11, pp. 861-862.

⁷³ E o schimbare a unui singur cuvânt din sentința lui Socrate: „știu că nu *știu* nimic”. Dar numai un creștin poate face această schimbare. Pentru panteismul socratic, în ea există o contradicție. Creștinul știe că e creatură, că nu face parte din Ființa supremă și că Ființa supremă e deosebită de el. Dar **el poate sorbi putere din Dumnezeu prin rugăciune**. Numai dacă n-are rugăciune, nu e nimic, cum se spune în propoziția ce urmează, deși tocmai când nu are pe Dumnezeu în sine nu-și trăiește nimicul.

⁷⁴ Toți suntem slabi, toți ne descurajăm când suntem singuri, dar primim putere unii de la alții. E o experiență pe care o facem mereu. **Dacă numai simplul cuvânt al altuia ne întărește, cu atât mai mult e întărită rugăciunea noastră de rugăciunea altora.** E un fluid de putere care trece de la unul la altul.



cuvântul Apostolului: „Drept învățând cuvântul adevărului” (2 *Timotei* 2, 15).⁷⁵ Înfățișează-l și tu drept, și nu te rușina de om, nici nu căuta să placi cuiva, și vei afla har înaintea lui Dumnezeu și a oamenilor. Și nu cugeta nimic după om, căci de tot lucrul prea omenesc se scârbește Dumnezeu.⁷⁶ Și Biserica să nu nedreptățească pe cineva, ci să fie pildă tuturor prin dreptate. Și Dumnezeu va fi în tine și tu în Dumnezeu, și te va păzi de tot răul și de toate cursele vrăjmașilor. Domnul nostru Iisus Hristos să fie cu duhul tău. Amin.

Sfinții Varsanufie și Ioan

⁷⁵ Se vede că, în acea vreme, această cerere o rostea diaconul și nu preotul, ca acum.

⁷⁶ Dumnezeu vrea să-L avem pe El sau gândul la El în ceea ce facem. Însă noi ne gândim numai la noi, în despărțire de Dumnezeu, ca și când omul sau vreun lucru ar putea fi despărțit de fundamentul lui ultim.

„PRIVEGHEAȚI ȘI VĂ RUGAȚI, CA SĂ NU INTRĂȚI ÎN ISPITĂ”

*Despre rugăciune*¹

[18] Lucrul de căpetenie al oricărei sânguințe și cea mai înaltă dintre fapte este stăruința în rugăciune, prin care dobândim și celelalte virtuți, Dumnezeu, pe Care-L chemăm, întinzându-ne o mână de ajutor. Căci împărtășirea de lucrarea tainică și legătura sufletului cu Dumnezeu întru sfințenie și unirea minții cu Domnul prin dragostea cea negrăită li se întâmplă celor învredniciți, în rugăciune². „Dat-ai veselie, zice, în inima mea” (*Psalmii* 4, 7). Și Domnul Însuși zice:

¹ Extras din Sf. SIMEON METAFASTUL, *Parafraza în 150 de capete a Sfântului Simeon Metafrastul la cele 50 de Cuvinte ale Sfântului Macarie Egipteanul*, cap. 18-32, în: *Filocalia*, 5, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 352-361. [n.ed.]

² Omilia XL, 2 (PG 764 B).



„Împărăția cerurilor înăuntrul vostru este” (*Luca* 17, 21). Dar că Împărăția este înăuntru ce ar arăta altceva, decât că veselia cerească a Duhului se întipărește limpede în sufletele vrednice. Căci sufletele vrednice primesc încă de aici, prin împărtășirea lucrătoare de Duh, de care vor avea parte sfinții în Împărăția lui Hristos, întru lumina veșnică. Aceasta o arată și dumnezeiescul Apostol zicând: „Cel ce ne mângâie pe noi întru necazul nostru, ca să putem mângâia pe cei ce sunt întru tot necazul cu mângâierea cu care ne mângâiem și noi de la Dumnezeu” (*2 Corinteni* 1, 4). Același lucru îl spune Psalmistul: „și trupul meu s-a veselit de Dumnezeu cel viu” (*Psalmii* 83, 2), sau: „Sufletul meu să se sature ca de seu și de grăsime” (*Psalmii* 62, 6). Iar locurile de conglăsuiesc cu acestea au același înțeles și dezvăluie veselia și mângâierea lucrătoare a Duhului.

^[19] Precum lucrul rugăciunii e mai mare decât altele, tot așa cel ce are dragoste pentru ea are trebuință de mai multă osteneală și grijă, ca să nu fie furat pe nevăgăte de seamă de păcat. Căci cei ce se străduiesc după un bine mai mare sunt și atacați de cel-viclean cu o ispită mai mare. De aceea, unul ca acesta are trebuință de mai multă trezvie, ca prin stăruința în rugăciune să-i răsară zi de zi mai multe roduri de dragoste, de smerită cugetare, de simplitate, bunătate și, pe lângă acestea, de dreaptă socoteală, care să-i facă lui însuși



arătată sporirea și întărirea în cele dumnezeiești, iar pe alții să-i îndemne la aceeași râvnă.

[20] Dumnezeiescul Apostol ne spune: „Rugați-vă neîncetat” și „Stăruiți în rugăciune” (1 *Tesaloniceni* 5, 17; *Coloseni* 4, 2). Iar cuvântul Domnului ne învață același lucru zicând: „Cu cât mai mult va face Dumnezeu dreptate celor ce strigă către El ziua și noaptea” (*Luca* 18, 7) și: „Privegheați și vă rugați” (*Matei* 26, 41). Drept aceea, trebuie să ne rugăm pururea și să nu slăbim (*Luca* 18, 1). Precum cel ce stăruie în rugăciune și-a ales lucrul cel mai de căpetenie, așa acela trebuie să ia asupra sa o luptă mare și o încordare neslăbită, deoarece multe piedici din partea păcatului are să întâmpine stăruind în rugăciune: somn, trândăvie, îngreunarea trupului, abaterea gândurilor, nestatornicia minții, moleșeala și celelalte iscodiri ale păcatului; apoi necazuri, năvălirile duhurilor rele înseși, care ne războiesc cu mânie, ni se împotrivesc și se ridică împotriva sufletului care caută neîncetat, cu adevărat, să se apropie de Dumnezeu.

[21] **Cel ce se sârguiește cu rugăciunea trebuie să se îmbărbăteze prin toată silința, trezvia, răbdarea și lupta sufletului și osteneala trupului.** Să nu slăbească și să nu cedeze gândurilor care-l abat, sau somnului mult, sau trândăviei, sau moleșelii, sau tulburării și să nu se folosească de cuvinte zgomotoase și necuviincioase, nici să-și împrăștie cugetarea prin altele de felul



acesta, mulțumindu-se numai cu dovada că stăruie în starea în picioare și în plecarea genunchilor, dar mintea având-o rătăcind departe de la toate acestea. Căci împotrivindu-se în fapt gândurilor de prisos și cercându-le pe toate și dorind pururea pe Domnul, de nu se va fi pregătit pentru trezvia cu osârdie, nimic nu o poate împiedica să fie amăgită în ascuns, în tot felul, de păcat, sau să se înalțe față de cei ce nu pot încă stărui în rugăciune și, prin asemenea uneltiri ale păcatului, să strice lucrarea cea bună și să o dea pe mâna dracului celui viclean.

[22] Dacă nu împodobesc rugăciunea noastră smerita cugetare, simplitatea și bunătatea, rugăciunea aceasta, sau mai bine-zis păruta rugăciune, prea puțin ne poate folosi. Și nu spunem aceasta numai despre rugăciune, ci și despre orice osteneală și strădanie, a fecioriei, a postului, a privegherii, a cântării, a slujirii, și a oricărei lucrări săvârșite de dragul virtuții. Dacă nu vedem în noi rodurile dragostei, ale păcii, bucuriei, simplității, smeritei cugetări, blândeței, nevinovăției, credinței, îndelungii-răbdări și cugetul prietenos, răbdăm ostenețile fără de niciun folos. Căci ostenețile primim să le răbdăm pentru folosul rodurilor. Deci dacă nu se află în noi rodurile dragostei, fără îndoială că e de prisos lucrarea. Unii ca aceștia nu se deosebesc întru nimic



de fecioarele cele nebune, care, pentru că nu au avut în inimi untdelemnul duhovnicesc, care este lucrarea virtuților amintite, prin Duhul, au fost numite nebune și au fost lăsate în chip jalnic afară de cămara de nuntă a Împăratului, neprimind nimic pentru osteneala fecioriei. Căci precum în lucrarea viei toată străduința și osteneala se fac pentru nădejdea rodurilor, iar dacă rodurile nu se arată, se dovedește deșartă toată lucrarea, așa, dacă nu vedem în noi rodurile dragostei, ale păcii, ale bucuriei și ale celorlalte câte le-a numărat Apostolul, prin lucrarea Duhului, și dacă aceasta n-o putem mărturisi prin toată încredințarea și simțirea duhovnicească, osteneala fecioriei, a rugăciunii, a psalmodierii, a postului, a privegherii se arată de prisos. Căci aceste osteneli și străduințe ale sufletului și ale trupului trebuie săvârșite, cum am spus, pentru nădejdea rodurilor duhovnicești. Iar arătarea rodului în virtuți este o bucurie duhovnicească, împreunată cu plăcerea nestricăcioasă în inimile credincioase și smerite, fiind lucrată în chip tainic de Duhul. Deci ostenelile și străduințele să se socotească ceea ce sunt, adică osteneli și străduințe, iar roadele, roade. Dacă însă cineva, din lipsa cunoștinței, va socoti că lucrarea și osteneala sa sunt roduri ale Duhului, să afle că se amăgește și se înșală, și fiindcă socotește astfel, se



lipsește de roadele cu adevărat mari ale Duhului³.

[23] Precum cel ce s-a predat pe sine cu totul păcatului lucrează patimile de ocară contrare firii, adică neînfrânarea, curvia, lăcomia, ura, viclenia, și celelalte fapte ale răutății, cu bucurie și plăcere, ca și când ar fi firești, așa cel ce este cu adevărat și cu desăvârșire creștin urmărește toate virtuțile și toate rodurile Duhului cele mai presus de fire, dragostea, pacea, răbdarea, credința, smerenia, și tot neamul de aur al virtuților, cu bucurie multă și cu plăcere duhovnicească, ușor și fără osteneală, ca și când ar fi firești. Acesta nu mai luptă cu patimile răutății, ca unul ce a fost izbăvit cu desăvârșire de Domnul și a primit în inimă de la Duhul cel bun pacea și bucuria desăvârșită a lui Hristos. Acesta este cel ce „s-a lipit de Domnul și s-a făcut un duh cu El” (1 Corinteni 6, 17).

[24] Cei ce nu pot însă să se predea desăvârșit lucrării rugăciunii, pentru pruncia lor, trebuie să primească

³ E de reținut această deosebire clară între virtuți, operă a omului, și roadele duhovnicești, operă a Duhului. Dar roadele sunt scoase de Duhul din virtuți. Virtuțile sunt rodul ostenețelor duhovnicești, sau florile din care ies roadele, dar prin Duhul. De fapt ceea ce numește autorul aici virtuți sunt virtuțile trupești, iar ceea ce numește roade ale Duhului sunt virtuți sufletești. Cele din urmă însă nu se mai pot dobândi atât de mult prin voința omului, ci lucrarea Duhului are un rol cu mult mai mare. El însuși în alte părți (de pildă, cap. 13) numește aceste roade ale Duhului virtuți, în care osteneala are un mare rol.



slujirea fraților cu evlavie și credință și cu frica lui Dumnezeu, ca unii ce slujesc poruncii lui Dumnezeu și unui lucru duhovnicesc, dar nu ca unii ce așteaptă plata de la oameni, sau cinste și mulțumire. Să nu dea loc câtuși de puțin cârtelii sau mândriei sau negrijii și moleșelii, ca să nu-și întineze și să nu-și strice acest lucru bun, ci mai vârtos, prin evlavie, frică și bucurie, să-l facă bine primit la Dumnezeu.

[25] Domnul S-a pogorât, din milostivirea dumnezeiască față de noi, cu atâta iubire de oameni și bunătate până la oameni, încât se îngrijește să nu treacă cu vederea plata nici unei fapte bune, ci, de la cele mai mici până la cele mai mari virtuți, pe toate le prețuiește, ca nici măcar pentru un pahar cu apă rece să nu fie cineva lipsit de răsplată. Căci a zis: „Cel ce va da chiar și un pahar cu apă rece, dar în nume de ucenic, amin zic vouă că nu-și va pierde plata sa” (*Matei* 10, 42); și iarăși: „Întrucât ați făcut unuia dintre aceștia, Mie ați făcut” (*Matei* 25, 40). Numai ceea ce se face să se facă pentru Dumnezeu, și nu pentru slava omenească. Căci a adăugat: „dar în nume de ucenic”, adică cu frică și cu dragoste de Hristos. Căci celor ce fac binele pentru arătare, Domnul le spune, muștrându-i și întărind cuvântul ca o hotărâre sigură: „Amin, amin, zic vouă, că își iau plata lor” (*Matei* 6, 2).

[26] Înainte de toate, să fie puse în tot felul ca temelie, în



obștea frățească: simplitatea, nevinovăția, dragostea întreolaltă, bucuria și smerenia, ca nu cumva înălțându-ne sau cârtind unii împotriva altora să ne dovedim osteneala fără folos. **Nici cel ce stăruie neîncetat în rugăciune să nu se înalțe față de cel ce nu poate face așa, nici cel ce s-a închinat pe sine slujirii să nu murmure asupra celui ce se îndeletnicește cu rugăciunea.** De se vor purta cu o astfel de simplitate și dragoste întreolaltă, prisosul celor ce stăruie în rugăciune va împlini lipsa celor ce slujesc. Și prisosul celor din urmă va împlini lipsa celor ce se îndeletnicesc cu rugăciunile⁴. Și așa egalitatea va fi păstrată, după cuvântul: „Celui ce are mult nu i-a prisosit și celui ce are puțin nu i-a lipsit” (*Ieșirea* 16, 18).

[27] Voia lui Dumnezeu se face precum în cer așa și pe pământ, atunci când, precum s-a spus, nu ne mândrim unii asupra altora; când suntem uniți întreolaltă nu numai fără pizmă, ci și cu simplitate, întru împărtășirea de dragoste, de pace și de bucurie, socotind, cum se cuvine, înaintarea aproapelui ca a noastră și rămânerea în urmă a aceluia ca o pagubă a noastră.

[28] Cel trândav la rugăciune și moale și nepăsător în slujirea fraților și în orice alt lucru ce se face pentru Dumnezeu e numit de Apostol pe față „leneș” și hotărât

⁴ Cap. XXVI, 27, aproximativ după Omilia III, 1-3 (PG 468-469).



că e nevrednic chiar și de plâns, căci zice: „Iar cel ce nu lucrează (leneșul) nici să nu mănânce” (*2 Tesalonicieni* 3, 10); iar în altă parte: „Pe cei leneși și Dumnezeu îi urăște”, sau: „Leneșul nu poate să fie nici credincios”, iar *Înțelepciunea* zice: „Lenea a învățat pe om multă răutate” (*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 33, 33). Deci fiecare să-și rodească lucrul său după Dumnezeu, oricare ar fi el, și să împlinească cu sânguință măcar una dintre bunătăți, ca nu cumva aflându-se cu totul fără rod, să nu se facă părtaș de bunătățile veșnice.

[29] Către cei ce zic că este cu neputință să se ajungă la desăvârșire și la izbăvirea de patimi, sau să se dobândească odată pentru totdeauna împărtășirea și plinirea Duhului celui bun, e de lipsă, zice, să aducem mărturie din dumnezeieștile Scripturi și să arătăm că nu știu bine, că vorbesc mincinos și greșit. „Fiți desăvârșiți, zice Domnul, precum Tatăl vostru cel ceresc desăvârșit este” (*Matei* 5, 48), arătând prin aceasta curăția deplină. Sau: „Vreau ca unde sunt Eu și aceștia să fie, ca să vadă slava Mea” (*Ioan* 17, 24). Aceasta le-a spus Acela care a zis: „Cerul și pământul vor trece, dar cuvintele Mele nu vor trece” (*Matei* 24, 35). Iar cele spuse de Apostol: „ca să înfățișăm pe tot omul desăvârșit în Hristos” (*Coloseni* 1, 28), sau: „Până ce vom ajunge toți la unirea credinței și a cunoștinței Fiului lui Dumnezeu, la bărbatul desăvârșit, la măsura vârstei plinirii lui Hristos” (*Efesenii* 4, 13), au același



înțeles. Astfel, cei ce tind spre desăvârșire fac două lucruri bune purtând lupta încordată și neîncetată: urmăresc prin nădejde capătul din urmă al măsurii și al urcușului, și nu se lasă prinși de trufie, ci cugetă cu smerenie și se socotesc pe ei mici, deoarece n-au apucat încă desăvârșirea.

[30] Iar cei ce spun aceasta, zice, pricinuiesc cea mai mare vătămare a sufletului, în trei chipuri: întâi, fiindcă se arată necrezând Scripturilor insuflate ale lui Dumnezeu; al doilea, fiindcă neînsușindu-și taina cea mai mare și mai desăvârșită a creștinismului și netinzând să ajungă la ea, nu pot să aibă osteneală și sânguință și foame și sete pentru dreptate, ci siguri pe înfățișările și pe purtările și pe puținele isprăvi din afară, se lipsesc de fericita nădejde, de desăvârșire și de curățirea deplină de patimi; al treilea, fiindcă socotind că au ajuns la capăt prin dobândirea unor puține virtuți și nesilindu-se spre desăvârșire, nu numai că nu pot avea smerenie, sărăcie și zdrobirea inimii, ci îndreptățindu-se pe ei înșiși ca unii ce au ajuns, nu primesc o sporire și o creștere în fiecare zi.

[31] Pe cei ce socot cu neputință, zice, ajungerea la această stare, venită oamenilor prin Duhul, care este zidirea cea nouă a inimilor curate, Apostolul îi arată deschis asemănându-se cu cei ce, din pricina necredinței, nu s-au învrednicit să intre în pământul făgăduinței și de aceea le-au rămas oasele în pustie.



Căci ceea ce este acolo pământul făgăduinței la arătare, aceea este aici izbăvirea de patimi în ascuns. Aceasta și Apostolul a arătat-o ca ținta oricărei porunci. Și de fapt aceasta este adevăratul pământ al făgăduinței și pentru ea s-au petrecut toate acelea, ca preînchipuiri. Pentru aceasta și dumnezeiescul Pavel, voind să întărească pe ucenici, ca să nu i se întâmple cuiva să fie prins de cugetul necredinței, zice: „Vedeți, frații mei, să nu fie în careva din voi inima vicleană a necredinței, depărtându-vă de la Dumnezeu cel viu” (*Evrei 3, 12*). Cuvântul „depărtare” nu l-a pus cu înțelesul de tăgăduire a lui Dumnezeu, ci de depărtarea de la făgăduințele Lui. Arătând înțelesul preînchipuirilor iudaice și comparându-le cu adevărul, adaugă zicând: „Căci unii, făcându-se neascultători, L-au întărit, dar nu toți care au ieșit din Egipt cu Moise. Și împotriva cărora a ținut mânie timp de patruzeci de ani? Oare nu împotriva celor ce au păcătuit, ale căror oase au căzut în pustie? Și cărora li s-a jurat că nu vor intra în odihna Sa, dacă nu celor ce au fost neascultători? Vedem, dar, că nu au putut intra din pricina necredinței” (*Evrei 3, 16-19*). Și adaugă: „Drept aceea, să ne temem ca nu cumva, lăsându-ni-se făgăduiala de a intra în odihna Lui, să se dovedească vreunul dintre voi că s-a lipsit de ea. Pentru că și nouă ni s-a binevestit, ca și acelora. Dar acelora cuvântul propovăduirii auzit nu le-a folosit, deoarece nu s-a unit cu credința celor ce



au auzit. Căci intrăm în odihnă cei ce am crezut" (*Evrei* 4, 1-3). Și după puțin adaugă iarăși: „Să ne sânguim deci să intrăm în acea odihnă, ca să nu cadă cineva în aceeași pildă a neascultării" (*Evrei* 4, 11). Care este însă adevărata odihnă a creștinilor, dacă nu izbăvirea de patimi și sălășluirea cea mai deplină și mai vădită a Duhului celui bun în inima curată? De aceea, ridicându-i pe ei la credință, zice iarăși: „Să ne apropiem, deci, cu inimă curată, întru adevărirea credinței, curățindu-ne inimile de cugetul cel rău" (*Evrei* 10, 22). Și iarăși: „Cu cât mai mult nu va curăți sângele lui Hristos cugetul nostru de faptele moarte, ca să slujim lui Dumnezeu cel viu și adevărat?" (*Evrei* 9, 14). Deci se cade, pentru bunătatea nemăsurată făgăduită de Dumnezeu oamenilor prin aceste cuvinte, să ne mărturisim ca niște slugi recunoscătoare și să socotim adevărate și sigure cele făgăduite, ca, chiar dacă din pricina stricăciunii și slăbiciunii voii noastre nu ne predăm odată pentru totdeauna Celui ce ne-a făcut pe noi, nici n-am atins măsurile mari și desăvârșite ale virtuții, să putem dobândi, cu toate acestea, vreo milă oarecare pentru dreptatea și neviclesugul cugetului și pentru credința sănătoasă.

[32] **Lucrarea rugăciunii și a cuvântului săvârșită cum se cuvine e mai presus de orice virtute și poruncă.** Martor pentru aceasta este Însuși Domnul. Căci intrând în casa Martei și a Mariei, și Marta



îndeletnicindu-se cu slujirea, iar Maria, șezând la picioarele Lui și împărtășindu-se de miera graiului Său dumnezeiesc, fiind muștrată de sora ei că nu lucrează împreună cu ea, ci stă lângă El, Acesta, punând lucrul de căpetenie înaintea celui de-al doilea, zice către aceea: „Marto, Marto, te grijești și spre multe te silești, dar un lucru trebuie. Iar Maria partea cea bună și-a ales, care nu se va lua de la dânsa” (*Luca* 10, 41-42). Iar aceasta a zis-o, precum am spus, nu pentru a lepăda lucrarea slujirii, ci pentru a pune ceea ce e mai mare înaintea a ceea ce e mai mic. Căci cum ar fi gândit una ca aceasta El, Care Însuși a săvârșit această lucrare și a spălat picioarele ucenicilor? Atât de departe a fost de a împiedica slujirea, încât le poruncește ucenicilor să facă și ei la fel unii altora. Dar și pe Apostolii înșiși îi vei afla punând mai presus lucrul mai mare al rugăciunii și al cuvântului, după ce s-au ostenit mai înainte cu slujirea la mese. „Nu e drept, zic, ca lăsând cuvântul lui Dumnezeu, să slujim meselor. Alegând bărbați plini de Duh Sfânt, să-i rânduim pentru slujirea aceasta, iar noi să stăruim în slujirea cuvântului și în rugăciune” (*Faptele Apostolilor* 8, 2-4). Vezi cum au pus mai presus cele dintâi decât cele de al doilea, cu toate că știau că amândouă sunt odraslele unei singure rădăcini bune?

TOȚI CREȘȚINII ÎNDEOBȘTE TREBUIE SĂ SE ROAGE NEÎNCETAT¹

Să nu socotească cineva, frații mei creștini, că numai cei sfințiți și călugării sunt datori să se roage neîncetat și totdeauna, și nu și mirenii. Nu, nu. **Toți creștinii îndeobște sunt datori să se afle totdeauna în rugăciune.** Căci Preasfântul Filotei, Patriarhul Constantinopolului, scrie în *Viața Sfântului Grigorie al Salonicului* că avea un frate iubit, numit Iov, om foarte simplu și tare virtuos, cu care vorbind odată, Sfântul îi grăi și despre rugăciune, și despre datoria fiecărui creștin de rând să se nevoiască totdeauna la rugăciune și să se roage neîncetat, căci Apostolul Pavel poruncește tuturor creștinilor îndeobște: „**Rugați-vă neîncetat**”

¹ Extras din Sf. NICODIM AGHIORITUL, *Din viața Sfântului Grigorie, Arhiepiscopul Salonicului, făcătorul de minuni*, în: *Filocalia*, 8, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 635-642. [n.ed.]



(1 *Tesaloniceni* 5, 17). La fel zice și Prorocul David, măcar că era împărat și avea toate grijile împărăției sale: „Văzutu-L-am pe Domnul înaintea mea pururea” (*Psalmii* 15, 8), adică Îl văd în chip înțelegător prin rugăciune pe Domnul totdeauna înaintea mea. Iar Grigorie Cuvântătorul de Dumnezeu învață pe toți creștinii, spunându-le că trebuie să pomenim prin rugăciune numele lui Dumnezeu de mai multe ori decât răsuflăm.

Și spunând Sfântul către prietenul său Iov acestea și multe altele, îi mai spuse și că trebuie să dăm și noi ascultare îndemnurilor Sfinților; și că **trebuie nu numai să ne rugăm totdeauna, ci să învățăm și pe toți ceilalți îndeobște, călugări și mireni, înțelepți și simpli, bărbați, femei și copii, și să-i îndemnăm să se roage neîncetat.**

Auzind acestea, bătrânului aceuia Iov i se păru un lucru nou și a început să se împotrivească și să spună că pentru a se ruga cineva totdeauna trebuie să fie dintre pustnici și călugări, care sunt în afara lumii și a grijilor din ea, și nu dintre mirenii care au atâtea griji și slujiri. Sfântul îi dădu iarăși și alte mărturii și dovezi cu neputință de respins, dar bătrânul Iov nu se lăsă înduplecat. Dumnezeuiescul Grigorie, ocolind vorba multă și cearta, tăcu și plecă în chilia lui, ca și bătrânul Iov. Dar mai pe urmă, când Iov se ruga în chilia lui singur, i se arătă înainte îngerul Domnului, trimis de Dumnezeu,



Care voiește mântuirea tuturor oamenilor, și, după ce-l muștră mult că s-a sfădit cu Sfântul Grigorie și i s-a împotrivit în lucruri vădite, de care atârnă mântuirea creștinilor, îi porunci din partea lui Dumnezeu să ia aminte bine în viitor și să se păzească să nu mai spună ceva potrivnic unui astfel de lucru prea folositor sufletului, pentru că se împotrivește voii lui Dumnezeu; nici cu mintea să nu mai voiască să primească vreun gând potrivnic, sau să cugete altfel de cum i-a spus dumnezeiescul Grigorie. Atunci, acel prea simplu bătrân lovmerse îndată la Sfântul și căzu la picioarele lui, cerând iertare pentru împotrivirea lui, și-i dezvălui toate câte i le-a spus îngerul Domnului.

Vedeți, frații mei, cum sunt datori toți creștinii îndeobște, de la mic la mare, să spună totdeauna rugăciunea minții: „Doamne, Iisuse Hristoase, miluiește-mă” și să se obișnuiască totdeauna să o spună și mintea, și inima lor? Gândiți-vă cât Îl mulțumim pe Dumnezeu prin aceasta și cât folos vine din aceasta, dacă a trimis, din marea Lui iubire de oameni, și un înger din cer ca să ne descopere, ca să nu mai avem nicio îndoială despre aceasta.

Dar ce zic mirenii? *„Noi suntem prinși în atâtea treburi și griji ale lumii, și cum e cu putință să ne rugăm neîncetat?”*

Eu le răspund că Dumnezeu nu ne-a poruncit niciun lucru cu neputință de împlinit, ci ne-a poruncit numai



acelea pe care putem să le facem. De aceea, și aceasta este cu putință să o împlinească fiecare: să caute cu osteneală mântuirea sufletului său. Căci dacă ar fi cu neputință, ar fi cu neputință tuturor mirenilor îndeobște și nu s-ar afla atâția și atâția care o împlinesc în lume. Dintre aceștia poate fi dat ca pildă și acel minunat Constantin, tatăl Sfântului Grigorie. Acesta, măcar că era în palatul împărătesc, și era numit tatăl și învățătorul împăratului Andronic, și se ocupa în fiecare zi cu treburile împărătești, pe lângă cele ale casei sale – căci era foarte bogat și avea multe averi și mulți slujitori și copii și femeie –, totuși era atât de nedespărțit de Dumnezeu și atât de predat rugăciunii neîncetate a minții, că de multe ori uita cele ce le vorbise împreună cu împăratul și cu dregătorii din palat, privitor la treburile împărăției, și întreba iarăși o dată și de două ori despre treburile acestea. De aceea, ceilalți dregători, care nu știau pricina, se supărau și îl osândeau că uită așa de repede și-l supără pe împăratul întrebându-l a doua oară. Dar împăratul, care știa pricina, îl apăra și zicea: „Constantin are gândurile lui, și ele nu-l lasă să fie cu luare-aminte la cuvintele noastre, care sunt vremelnice și deșarte. Mintea binecuvântatului și fericitului Constantin este pironită de cele adevărate și cerești și, de aceea, uită cele pământești, pentru că toată atenția lui este la rugăciune și la Dumnezeu.”



De aceea, Constantin era respectat (cum zice Preafericitul Patriarh Filotei) și foarte iubit de împăratul și de toți dregătorii împărăției, precum era iubit și de Dumnezeu, și a fost învrednicit să facă minuni. Căci suindu-se odată (zice Preasfântul Filotei în *Viața Sfântului Grigorie*, fiul lui) într-o corabie cu toată familia ca să meargă mai sus de Galata la un pustnic, care se liniștea acolo, pentru rugăciune și binecuvântare, pe drum i-a întrebat pe slujitorii săi dacă au luat ceva de mâncare ca să ducă lui Awa acela. Aceia îi spuseră că au uitat din pricina grabei și n-au luat nimic. Binecuvântatul s-a întristat puțin, dar n-a spus nimic, ci, mergând înainte cu caicul, și-a vârât mâna sa în mare și cu rugăciunea tăcută a minții l-a rugat pe Dumnezeu, Stăpânul mării, să-i dea ceva de mâncare. Și, puțin după aceea (o, minunate fapte cu care slăvești, Hristoase Împărate, pe robii Tăi!), scoase mâna lui din mare ținând un pește foarte mare pe care, aruncându-l în corabie în fața slujitorilor săi, zise: „Iată, a avut Domnul grijă de noi și de Awa, robul Său, și i-a trimis ceva de mâncare.” Vedeți, frații mei, cu ce fel de slavă slăvește Iisus Hristos pe robii Săi, care sunt totdeauna cu El și cheamă totdeauna preasfântul și preadulcele Lui nume?

Dar dreptul și sfântul acela, Evdochim, nu era și el în Constantinopol și în palat și ocupat cu treburile



împărătești? Nu se întâlnea cu împăratul și cu dregătorii palatului în atâtea griji și ocupații? Cu toate acestea, avea totdeauna rugăciunea minții nedespărțită de mintea lui (cum istorisește Simeon Metafrastul, în Viața lui). De aceea, de trei ori fericitul, măcar că se afla în lume și în cele lumești, trăia cu adevărat o viață îngerească și mai presus de lume și s-a învrednicit să ia de la Dătătorul de răsplată Dumnezeu și un sfârșit fericit și dumnezeiesc.

Și alți mulți și nenumărați au fost în lume și s-au aflat în întregime dăruți rugăciunii mântuitoare a minții, precum ne spune istoria. Drept aceea, frații mei creștini, vă rog și eu, împreună cu dumnezeiescul Gură de Aur, pentru mântuirea sufletului vostru, să nu nesocotiți această datorie a rugăciunii. Urmați pilda celor de care v-am vorbit, pe cât puteți. Și dacă lucrul acesta vi se pare greu la început, fiți siguri și încredințați, ca din partea Atotțiitorului Dumnezeu, că însuși numele Domnului nostru Iisus Hristos, chemat neîncetat de noi, ne va ușura toate greutățile și, cu vremea, când ne vom obișnui și ne vom îndulci cu el, vom cunoaște prin cercare că acest lucru nu e cu neputință, nici greu, ci cu putință și ușor.

De aceea și Sfântul Pavel, care a știut mai bine decât noi folosul cel mare pe care-l aduce rugăciunea, ne-a îndemnat să ne rugăm neîncetat (*1 Tesaloniceni 5, 17*).



N-a voit el să sfătuiască niciodată vreun lucru greu și cu neputință, pe care nu l-am fi putut împlini, căci atunci ne-am fi arătat ca neascultători și călcători ai poruncii lui și, drept urmare, vrednici de osândă; ci scopul Apostolului, care a zis să ne rugăm neîncetat, a fost ca să ne rugăm cu mintea noastră, ceea ce este cu putință să facem totdeauna. Căci și când facem un lucru de mână, și când ne plimbăm, și când ședem, și când mâncăm, și când bem, totdeauna putem să ne rugăm cu mintea noastră și să facem rugăciunea minții bine-plăcută lui Dumnezeu și adevărată. **Cu trupul putem să lucrăm, și cu sufletul să ne rugăm.** Omul din afară poate să împlinească orice slujbă cu trupul, și omul dinlăuntru poate să fie dăruit slujirii lui Dumnezeu și să nu lipsească niciodată de la lucrul cel duhovnicesc al rugăciunii cu mintea. Căci așa ne poruncește Dumnezeu-Omul Iisus în Sfânta Evanghelie, zicând: „Iar tu, când te rogi, intră în camera ta și, închizând ușa ta, roagă-te Tatălui tău într-o ascunsă” (Matei 6, 6). Camera sufletului este trupul. Ușile ființei noastre sunt cele cinci simțuri. Sufletul intră în camera lui când mintea nu umblă de colo până colo în lucrurile lumii, ci stăruiește în inima noastră. Și simțurile noastre le închidem și rămân asigurate când nu le lăsăm să se alipească de lucrurile supuse lor și arătate. În felul acesta, mintea rămâne liberă de orice împătămire lumească și se unește prin rugăciunea ascunsă a



minții cu Dumnezeu, Tatăl nostru. Și atunci zice: „Tatăl tău, Cel ce vede întru ascuns, îți va da ție la arătare” (*Matei 6, 6*).

Dumnezeu, cunoscătorul celor ascunse, vede rugăciunea minții tale și o răsplătește cu daruri arătate și mari. Pentru că **aceasta este rugăciunea adevărată și desăvârșită, și ea umple sufletul de harul dumnezeiesc și de darurile (harismele) duhovnicești**. Căci, cu cât închizi mirul mai mult în vas, cu atât vasul răspândește mai multă mireasmă. Așa e și rugăciunea: cu cât o întipărești mai mult în inima ta, cu atât o umple mai mult de harul dumnezeiesc. Fericiți și norocoși sunt cei ce se obișnuiesc cu acest lucru ceresc, căci cu el biruiesc orice ispită de la dracii cei răi, precum și David l-a biruit pe îngâmfatul Goliat (*1 Regi 17, 51*). Cu ea sting poftetele fără rânduială ale trupului, precum și cei trei tineri au stins văpaia cuptorului (*Daniel 3, 25-26*). Cu această lucrare a rugăciunii minții îmblânzesc patimile, precum și Daniel a îmblânzit leii sălbatici (*Daniel 6, 18 ș.u.*). Cu ea coboară roua Sfântului Duh în inima lor, precum a coborât Ilie ploaia în Carmel (*3 Regi 18, 45*).

Această rugăciune a minții este cea care urcă până la tronul lui Dumnezeu și se păstrează în cupe de aur ca să fie tămâiat cu ea Domnul, precum zice Ioan Cuvântătorul de Dumnezeu în *Apocalipsă*: „Și douăzeci



și patru de bătrâni au căzut înaintea Mielului, având fiecare alăute și cupe de aur pline de tămâie, care sunt rugăciunile sfinților” (5, 8). **Această rugăciune a minții este o lumină care luminează totdeauna sufletul omului și aprinde inima lui cu flăcările iubirii lui Dumnezeu. Ea este o verigă care ține uniți și împreunați pe Dumnezeu și omul. O, har neasemănat al rugăciunii minții!** Ea face pe om să fie totdeauna în convorbire cu Dumnezeu. O, lucrare cu adevărat minunată și deosebită! Să fii deodată cu oamenii trupește, și să te afli cu Dumnezeu în chip înțelegător. Îngerii nu au glas material, ci cu mintea lor aduc lui Dumnezeu doxologia neîncetată. Aceasta este lucrarea lor. Ei îi este închinată toată ființa lor.

Deci și tu, frate, când intri în cămara ta și închizi ușa, sau când mintea ta nu sare de colo până colo, ci intră în inima ta și simțurile tale sunt întărite, și nu sunt piro-nite de lucrurile lumii acesteia, și, pe lângă aceasta, te rogi totdeauna cu mintea ta, te faci asemenea cu sfinții îngeri; și Tatăl tău, Care vede rugăciunea ta tainică, pe care o aduci în ascunsul inimii tale, te va răsplăti cu mari daruri (harisme) întru arătare. Și ce bun mai mare și mai bogat poți să afli decât acesta, de a te afla, cum am spus, împreună cu Dumnezeu în chip înțelegător și de a fi în convorbire neîncetată cu El? Căci fără El nu poate să fie vreodată vreun om fericit nici aici, nici în cealaltă viață.



Drept aceea, frate, oricine ai fi, când iei în mâinile tale cartea aceasta și, citind-o, vei cerca folosul ei în sufletul tău, te rog cu căldură, adu-ți aminte să faci și o rugăciune către Dumnezeu, cu un „Doamne, miluiește”, pentru păcătosul suflet al aceluia care s-a ostenit cu această carte și al aceluia care a cheltuit ca să o tipărească. Căci aceștia au mare nevoie de rugăciunea ta, ca să afle mila dumnezeiască pentru sufletul lor, și tu pentru al tău. Fie, fie!²

Sfântul Nicodim Aghioritul

² Tot acest cuvânt se vede că e scris de Nicodim Aghioritul care, împreună cu mitropolitul Macarie al Corintului, a întocmit colecția *Filocaliei*. El cere rugăciunea cititorului pentru sine și pentru Ioan Mavrocordat, unul din membrii familiei domnitoare a Țărilor Române, care a suportat cheltuiala tipăririi primei ediții a *Filocaliei* (Veneția, 1792). E un cuvânt de încheiere a *Filocaliei* grecești, alcătuit de Nicodim Aghioritul. El se folosește, pentru prima dată, de *Viața Sfântului Grigorie Palama*, scrisă de patriarhul Filotei de Constantinopol, ucenicul Sfântului Grigorie Palama, dar redă și extrasele din ea cu cuvintele sale.

RUGĂCIUNI ALE PĂRINȚILOR FILOCALICI

Rugăciunea Sfântului Maxim Mărturisitorul¹

Să nu ne predai până în sfârșit, pentru numele Tău, Doamne; și să nu rupi Testamentul Tău; și să nu depărtezi de la noi mila Ta, pentru milostivirile Tale, Tatăl nostru Cel din ceruri, și pentru mila Sfântului Tău Duh. „Nu pomeni fărădelegile noastre cele vechi, ci degrabă să vină înaintea noastră milostivirile Tale, că am ajuns săraci foarte. Ajută-ne nouă, Dumnezeule, Mântuitorul nostru, pentru slava numelui Tău; Doamne, miluiește-ne și iartă-ne păcatele noastre, pentru numele Tău” (*Psalmii* 78, 8-9). Doamne, adu-Ți

¹ Extras din Sf. MAXIM MĂRTURISITORUL, *Cuvânt ascetic*, în: *Filocalia*, 2, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 53-55. [n.ed.]



aminte de pârga pe care, luând-o dintru noi, pentru iubirea de oameni, Unul-Născut Fiul Tău o ține pentru noi în ceruri, ca să ne dăruiască nădejdea tare a mântuirii și să nu devenim din deznădejde mai răi. Mântuiește-ne pentru cinstit sângele Lui, pe care l-a vărsat pentru viața lumii, pentru sfinții Săi Apostoli și Ucenici, care și-au vărsat sângele lor propriu pentru numele Lui, pentru sfinții Proroci, Părinți și Patriarhi, care s-au nevoit să facă bucurie numelui Tău. **Nu trece cu vederea rugăciunea noastră, Doamne, și nu ne părăsi până la sfârșit.** Căci nu ne încredem în dreptățile noastre, ci în mila Ta, prin care porți grijă de tot neamul nostru. Cerșim și rugăm bunătatea Ta, ca să nu ni se facă nouă spre osândă taina mântuirii, hărăzită nouă de Unul-Născut Fiul Tău, și să nu ne lepezi pe noi de la fața Ta. Nu Te scârbi de nevrednicia noastră, ci ne miluiește pe noi după mare mila Ta; și după mulțimea îndurărilor Tale șterge fărădelegile noastre, ca, apropiindu-ne fără de osândă înaintea sfintei Tale slave, să ne învrednicim de acoperământul Fiului Tău cel Unul-Născut și să nu fim lepădați ca niște slugi netrebnice ale păcatului. Da, Stăpâne, Doamne atotputernice, auzi rugăciunea noastră, că afară de Tine pe altul nu cunoaștem. Numele Tău numim; căci Tu ești Cel ce lucrează toate în toți și ajutorul de la Tine îl cerem toți. „Caută din cer, Doamne, și privește din casa sfintei Tale slave. Unde sunt râvna și tăria Ta? Unde este mulțimea



milei Tale și a îndurărilor Tale, că ai răbdat căderea noastră? Căci Tu ești Tatăl nostru, fiindcă Avraam nu ne-a cunoscut pe noi și Israel nu ne-a știut pe noi. Ci Tu, Doamne, Tatăl nostru, mântuiește-ne pe noi, că de la început este peste noi numele Tău cel sfânt și al Fiului Tău cel Unul-Născut și al Sfântului Tău Duh. De ce ne-ai rătăcit pe noi, Doamne, de la calea Ta? Nu ne pedepsi pe noi cu toiagul judecăților Tale. De ce ai învârtoșat inimile noastre ca să nu se teamă de Tine? Ne-ai părăsit pe noi în propria lege a rătăcirii noastre? Întoarce, Doamne, pe robii Tăi pentru sfânta Ta Biserică și pentru toți Sfinții Tăi din veac, ca să moștenim puțin din muntele Tău cel sfânt. Vräjmașii noștri au călcat locul Tău cel sfânt. Ne-am făcut ca la început, când nu stăpâneai peste noi, nici nu se chema numele Tău peste noi” (Cf. *Isaia* 63, 15-19).

Rugăciunea Sfântului Isaac Sirul (I)²

Doamne lisuse Hristoase, Dumnezeuul nostru, Cel ce ai plâns pe Lazăr și ai picurat lacrimi de mâhnire și

² Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoie*, II, în: *Filocalia*, 10, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 47-48. [n.ed.]. Subtitlul acesta nu se află în manuscrise. E pus de editorul Nichifor Theotoche.



de milă peste el, primește lacrimile amărăciunii mele. Tămăduiește cu Patimile Tale patimile mele. Vindecă cu rănilile Tale rănilile mele. Curățește cu sângele Tău sângele meu și amestecă în trupul meu mireasma trupului Tău de viață făcător. Fiarea cu care ai fost adăpat de vrăjmașii Tăi să îndulcească sufletul meu, izbăvindul de amărăciunea cu care m-a adăpat potrivnicul meu. Trupul Tău întins pe lemnul Crucii să înaripeze spre Tine mintea mea, cea atrasă de draci în jos. Capul Tău, pe care l-ai aplecat pe Cruce, să înalțe capul meu palmut de vrăjmași. Măinile Tale, pironite de cei necredincioși pe Cruce, să mă ridice pe mine spre Tine, din groapa pierzaniei, cum a făgăduit preasfânta Ta gură. Fața Ta, care a primit lovituri și scuipări de la cei blestemați, să umple de strălucire fața mea întinată de fărădelegi. Sufletul Tău, pe care, aflându-Te pe Cruce, l-ai predat Părintelui Tău, să mă călăuzească spre Tine prin harul Tău. Nu am inimă îndurerată spre căutarea ta, nu am pocăință, nici străpungere, care aduc din nou pe fii la moștenirea lor. Nu am, Stăpâne, lacrimi mângâietoare. Mintea mi s-a întunecat în cele ale vieții acesteia și nu poate privi spre Tine întrul durere. Inima mi s-a răcit de mulțimea ispitelor și nu se poate încălzi de lacrimile dragostei față de Tine. Dar, Doamne Iisuse Hristoase, Dumnezeu, Vistierul bunătăților, dăruiește-mi mie pocăință întreagă și inimă îndurerată, ca să ies cu tot sufletul



în căutarea Ta. Căci fără de Tine mă voi înstrăina de tot binele. Dăruiește-mi, deci, Bunule, harul Tău. Tatăl, Care Te-a născut pe Tine din sânurile Sale, fără de vreme și veșnic, să înnoiască în mine chipul icoanei Tale. Te-am părăsit pe Tine; nu mă părăsi! Am ieșit de la Tine; ieși în căutarea mea și mă du la pășunile Tale și mă numără între oile turmei Tale celei alese și mă hrănește împreună cu ele cu verdeața Tainelor Tale celor dumnezeiești, ca inima mea să se facă sălașul lor și să vadă în ea strălucirea descoperirilor Tale, care este mângâierea și înviorarea celor ce s-au ostenit pentru Tine în necazuri și în tot felul de greutate! De această strălucire fie să ne învrednicim și noi prin harul și prin iubirea de oameni a Mântuitorului nostru Iisus Hristos! Amin.

Rugăciunea Sfântului Isaac Sirul (II)³

Învrednicește-mă, Doamne, să Te cunosc pe Tine și să Te iubesc, nu prin cunoștința cea întru împrăștierea minții, care se naște din trudă, ci învrednicește-mă de acea cunoștință prin care mintea, văzându-Te, slăvește cu vederea firea Ta, care depărtează simțirea

³ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, XVI, în: *Filocalia*, 10, pp. 103-104. [n.ed.]



lumii din cugetare. Învrednicește-mă să mă înalț de la vederea prin voință, care naște năluciri, și să Te văd, silit de legătura pusă asupra mea de Cruce, prin răstignirea cea de a doua a minții, care se odihnește de lucrarea gândurilor în vederea Ta neîncetată, cea mai presus de fire. Fă să crească în mine iubirea Ta, ca să vin pe urmele iubirii Tale, ieșind din lume. Sădește în mine înțelegerea smereniei Tale, întru care ai umblat în lume, sub acoperământul pe care Ți l-ai făcut din mădularele noastre, prin mijlocirea Sfintei Fecioare, ca, în amintirea neîncetată și neuitată a ei, să primesc cu plăcere smerenia firii mele.

Rugăciunea Sfântului Isaac Sirul (III)⁴

Ci, o, Hristoase, Care ești singurul puternic, fericit este cel al cărui ajutor este la Tine, și cel ce a pus suișuri în inima sa. Tu, Doamne, întoarce faptele noastre de la lume la dorirea Ta, până ce vom vedea ce este ea și nu vom mai crede umbrei ca adevărului. Tu, Cel ce ne-ai făcut pe noi, înnoiește mintea noastră, Doamne, și străduința noastră înaintea de moarte, ca în ceasul ieșirii noastre să cunoaștem cum a fost intrarea și

⁴ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, XVII, în: *Filocalia*, 10, pp. 109-110. [n.ed.]



ieșirea noastră în lumea aceasta, până am desăvârșit lucrul la care am fost chemați după voia Ta în viața aceasta, și după aceea să nădăjduim că vom primi în mintea noastră plină de încredințare bunătățile cele mari, pe care, după făgăduința Scripturilor, le-a gătit iubirea Ta la cea de a doua zidire a lumii înnoite. Fie ca pomenirea lor să o păzim prin credință, în taină!

Rugăciunea lui Talasie Libianul⁵

Stăpâne al tuturor, Hristoase, slobozește-ne pe noi de toate acestea, de patimile pierzătoare și de gândurile ce se nasc din ele. Pentru Tine am fost făcuți, ca să ne desfătăm, așezați fiind în Raiul sădit de Tine. Dar ne-am atras nouă necinste, alegând, în locul desfătărilor fericite, stricăciunea, a cărei plată am luat-o în noi înșine, schimbând viața veșnică cu moartea. Acum deci, Stăpâne, precum ai căutat la noi, caută până la sfârșit; precum Te-ai întrupat, așa ne și mântuiește pe noi toți. Căci ai venit să ne mântuiești pe noi, cei pierduți. Să nu ne desparți pe noi de partea celor ce se mântuiesc. Ridică sufletele și mântuiește trupurile.

⁵ Extras din TALASIE LIBIANUL, *Despre dragoste, înfrânare și petrecerea cea după minte*, III, în: *Filocalia*, 4, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 35-36. [n.ed.]



Curățește-ne pe noi toți de toată întinăciunea. Rupe legăturile patimilor care ne stăpânesc pe noi, Cel ce ai rupt cetele dracilor și ne izbăvește pe noi de asuprirea lor, ca numai Ție să-Ți slujim, Luminii celei veșnice, înviind din morți și cântând împreună cu îngerii cântarea fericită, veșnică și nesfârșită.

RUGĂCIUNEA LUCRĂTOARE A DREPTULUI

Întrebare¹: „Mult poate rugăciunea lucrătoare a dreptului (Iacob 5, 16). Ce înseamnă „lucrătoare”?”²

Răspuns: Eu știu că rugăciunea este lucrătoare în două feluri. Într-unul, când cel ce se roagă aduce rugăciunea sa lui Dumnezeu împreună cu faptele poruncilor, când deci rugăciunea lui nu cade de pe limbă numai ca un cuvânt simplu și ca un sunet gol al vocii, zăcând leneșă și fără consistență, ci când este lucrătoare, vie și însuflețită prin împlinirea poruncilor. Căci **rugăciunea**

¹ Extras din Sf. MAXIM MĂRTURISITORUL, *Răspunsuri către Talasie*, p. 57, în: *Filocalia*, 3, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 343-345. [n.ed.]

² Ἐνεργουμένη s-ar putea traduce poate mai corect ca „lucrată”: rugăciune lucrată prin fapte. Dar lucrată în felul acesta, rugăciunea devine la rândul ei lucrătoare, eficace; din principiu pasiv, factor activ.



și cererea își primesc consistența când le umplem prin virtuți. Această umplere face rugăciunea dreptului tare, încât toate le poate lucrând prin porunci.

Într-alt fel este lucrătoare când cel ce are lipsă de rugăciunea dreptului săvârșește faptele rugăciunii îndreptându-și viața de mai înainte și făcând tare cererea dreptului, întrucât o împuternicește prin purtarea sa cea bună. Căci nu folosește rugăciunea dreptului celui care, având trebuință de ea, se desfată mai mult cu păcatele decât cu virtuțile. De pildă, marele Samuel plângea odinioară pe Saul, care păcătuisese, dar nu putea să-L facă pe Dumnezeu îndurător, neavând în ajutorul plânsului său îndreptarea cuvenită a păcătosului. De aceea Dumnezeu, oprind pe slujitorul Său de la plânsul de prisos, îi zice: „Până când vei plânge pentru Saul? Căci Eu l-am lepădat pe el, ca să nu mai împărățească peste Israel” (1 Regi 16, 1).

De asemenea, Ieremia, care suferea tare pentru poporul iudeilor înnebunit de amăgirea dracilor, nu este auzit când se roagă, întrucât nu are ca putere a rugăciunii întoarcerea necredincioșilor iudei de la rătăcire. De aceea, oprindu-l și pe el Dumnezeu de la rugăciunea în zadar, zice: „Și tu nu te mai ruga pentru poporul acesta și nu-Mi mai cere să am milă de ei; nu te mai ruga și nu mai veni la Mine pentru ei, că nu voi auzi” (Ieremia 7, 16).



Este cu adevărat o mare nesimțire, ca să nu zic nebunie, să ceară mântuire prin rugăciunile dreptilor acela care-și desfată sufletul cu cele stricăcioase, și să ceară iertare pentru acele fapte cu care se laudă întinându-se cu voința. Cel ce are trebuință de rugăciunea dreptului trebuie să nu o lase nelucrătoare și inertă dacă urăște cu adevărat cele rele, ci să o facă lucrătoare și tare, înțărind-o prin propriile sale virtuți și în stare să ajungă la Cel ce poate să dea iertare pentru greșeli.

Prin urmare, **mult poate rugăciunea dreptului când e lucrătoare, fie prin dreptul care o face, fie prin cel ce roagă pe drept s-o facă.** Când e lucrătoare prin dreptul care o face, îi dă lui îndrăzneală către Cel ce poate să îplinească cererile dreptilor; iar când e lucrătoare prin cel ce roagă pe drept s-o facă, îl eliberează pe el de ticăloșia de mai înainte, schimbându-i dispoziția spre virtute.

Sfântul Maxim Mărturisitorul

RUGĂCIUNEA DE MULȚUMIRE: CALEA SPRE ÎNȚELEPCIUNEA LUI DUMNEZEU¹

Să nu socotească cineva că este el însuși lucrătorul unor daruri ca acestea (deprinderea în lucrarea virtuților, *n.ed.*), ci mai degrabă, ca unul ce le-a luat mai presus de vrednicia lui, trebuie să mulțumească mult și să se teamă, ca nu cumva să aibă din pricina aceasta osândă mai mare, pentru că neostenindu-se câtuși de puțin, se învrednicește de lucrarea îngerilor. Căci cunoștința ni s-a dat spre agerirea minții și ca tărie spre a păzi poruncile și a lucra virtuțile; și ca să cunoaștem cum și pentru ce facem acestea și ce trebuie să facem și de la ce să ne oprim, ca să nu ne

¹ Extras din Sf. PETRU DAMASCHIN, *Învățăături duhovnicești*, în: *Filocalia*, 5, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 207-213. [*n.ed.*]



osândim; și ca, întraripați de cunoștință, să lucrăm cu bucurie și să luăm o cunoștință și mai mare și tărie și bucurie în a lucra; iar făcându-se aceasta, să ne învrednicim a mulțumi Celui ce ne-a dăruit acestea, cunoscând de unde am luat bunătăți așa de mari. Și mulțumind noi, ni se dăruiesc și mai mari bunătăți, iar primind darurile, să-L iubim pe El și mai mult, și prin dragoste să ajungem la înțelepciunea lui Dumnezeu².

Dar începutul acesteia este frica de Dumnezeu; și lucrarea fricii este pocăința, zice Sfântul Isaac, prin care se face descoperirea celor ascunse³. Iar cuge-tările fricii trebuie să le îngrijim așa: după rânduiala Pavecerniței trebuie să zicem: *Crezul, Tatăl nostru* și *Doamne miluiește*, de multe ori. Și șezând apoi către răsărit, ca cei ce plâng un mort, să ne clătinăm capul cu durere din suflet și cu suspin din inimă și să zicem cuvintele cunoștinței ce se întâmplă să o avem, începând de la cea dintâi, până ajungem la rugăciune. Și apoi **cădem pe față înaintea lui Dumnezeu cu frică negrăită și ne rugăm, rostind întâi mulțumirea, pe urmă mărturisirea și apoi celelalte cuvinte ale rugăciunii**, precum s-a spus înainte. Căci zice marele

² Ceea ce spune Heidegger despre minunata trecere din *Seiende* (ordinea individuațiunilor) în *Sein* seamănă cu acestea, deși efectele sunt mai unilaterale la Heidegger.

³ Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoință*, LXXII: *Învățăături folositoare*, în: *Filocalia*, 10, p. 423.



Atanasie: „Suntem datori să ne mărturisim pentru păcatele din neștiință și pentru cele ce am fi avut să le facem, dar de care ne-a izbăvit harul lui Dumnezeu, ca nu cumva în ceasul morții să fim trași la răspundere pentru acestea”; asemenea și unii pentru alții, după porunca Apostolului.

Iar scopul celor spuse în rugăciune este acesta: mulțumirea pentru cererea din ceasul acesta mărturisește nevrednicia noastră pentru nemulțumirea și nepăsarea noastră din cealaltă vreme, și că ceasul acesta este un dar lui Dumnezeu. Iar mărturisirea recunoaște că cele dăruite nouă sunt nemăsurate și că nu suntem în stare să le cuprindem pe toate, nici să le cunoaștem, ci numai să le auzim; dar și aceasta numai pe unele, și nu pe toate. De asemenea, mărturisește că pururea ni se împărtășesc faceri de bine la arătare și în ascuns, și că negrăită este răbdarea lui Dumnezeu față de mulțimea păcatelor mele, apoi că nevrednic sunt chiar și numai să privesc în sus, cum a făcut vameșul. Apoi să nu îndrăznim în altceva decât în negrăita Ta iubire de oameni, când cad ca Daniil înaintea îngerului dumnezeiesc, ca Apostolul și ca ceilalți Părinți, din tot sufletul. Dar și aceasta o fac cu cutezanță, odată ce nu sunt vrednic să fac nici acest lucru. Și vestesc felurile păcatelor mele pe scurt, ca să le țin minte și să plâng pentru ele, mărturisind



neputința mea, ca să vină peste mine puterea lui Hristos, după Apostol (2 *Corinteni* 12, 9), și să-mi ierte mulțimea răutăților mele. Fiindcă nu îndrăznesc să mă rog pentru toate, ci pentru mulțimea păcatelor mele.

Și ca să se înfrâneze în mine toată răutatea și toată obișnuința rea, neputând să mă împotrivesc însumi acestora, rog pe Atotputernicul să oprească pornirile patimilor mele și să nu mă lase să păcătuiesc față de El, sau față de vreun om, și ca prin aceasta să primesc mântuirea după har și ca din aducerea aminte de ele să dobândesc durere în suflet și puterea să mă rog și pentru alții, plinind poruncile Apostolului (1 *Timotei* 2, 1) și dragostea față de toți. Căci înșirând felul păcatelor, ca unul ce sunt tiranizat de ele, alerg la Stăpânul și la străpungerea inimii și mă rog pentru cei ce i-am întristat și pentru cei ce m-au întristat sau mă vor întrista, nemaivoid să păstrez nici urmă de pomenirea răului. Pentru că temându-mă de neputința mea în vremea ispitei, că nu voi putea să port cu răbdare și să mă rog pentru ei, după porunca Domnului, trebuie să fac ce zice Sfântul Isaac: „Caută doctor înainte de boală și roagă-te înainte de ispită”. De asemenea, mă rog pentru cei ce au plecat de la noi, ca să dobândească mântuire și ca să-mi aduc aminte de moarte. **Căci este un semn al iubirii a mă ruga pentru toți și a cere rugăciunea tuturor;** de asemenea, a mă lăsa condus



de Dumnezeu, a mă face cum vrea și a mă amesteca între ceilalți, ca să fiu miluit prin rugăciunile lor, socotindu-i pe ei mai presus de mine. Dar nu îndrăznesc să cer acum iertare de tot păcatul, ca nu cumva, socotind că mă micșorez pe mine, să-i socotesc pe ceilalți nevrednici de iertare. Ci neștiind și neputând să fac ceva, alerg și cer să facă iubirea Lui de oameni precum voiește, temându-mă, ca un păcătos, de dreptatea Lui și zicând: Numai să nu pierd starea de-a dreapta Ta, chiar dacă mă voi afla cel din urmă dintre cei mântuiți, ca unul ce nu sunt vrednic nici de aceștia.

Mă mai rog pentru toată lumea, cum am învățat de la Biserică, și să mă învrednicesc de dumnezeiasca împărtășire după datorie, și ca rugându-mă înainte de aceasta, să-L aflu gata de ajutor când voi vrea să mă împărtășesc; de asemenea, ca să-mi aduc aminte de Patimile preacurate ale Mântuitorului și să câștig dragostea de a mi le reaminti. Apoi ca să-mi fie cuminecătura spre împărtășirea Sfântului Duh; fiindcă Însuși Mângâietorul mângâie pe cei ce plâng pentru Dumnezeu, în veacul de acum și în cel viitor, și pe cei ce-L roagă pe El din tot sufletul cu lacrimi și grăiesc: *Împărate ceresc*, și celelalte; de asemenea, ca să ne fie împărtășirea de Preacuratele Taine arvună a vieții veșnice în Hristos, prin rugăciunile Maicii Sale și ale tuturor sfinților.



Pe urmă cad la toți sfinții, rugându-i pe ei să facă rugăciune pentru mine, ca unii ce pot să aducă rugăciunea Stăpânului. Apoi zic rugăciunea obișnuită a marelui Vasile, ca una ce cuprinde cea mai minunată teologie și cere numai voia lui Dumnezeu și binecuvântarea lui Dumnezeu.

După acestea ne întoarcem îndată spre gândurile proprii, cu multă stăruință și luare-aminte, zicând: „*Veniți să ne închinăm*”, de trei ori, și celelalte, cum s-a scris mai înainte, ca prin rugăciunea din inimă și prin meditatea dumnezeieștilor Scripturi să se curățească mintea și să înceapă să vadă tainele ascunse în dumnezeieștile Scripturi.

Dar sufletul să fie în afară de toată răutatea, mai cu seamă în afară de ținerea de minte a răului, cum zice Domnul, în vremea rugăciunii (*Matei 5, 23-24*). De aceea și marele Vasile, osândind împotrivirea în cuvânt, zice către egumen să-i dea celui ce se împotrivesc în cuvânt multe metanii, până la o mie. Iar schimbând numărul, a zis: sau o mie, sau una. Aceasta înseamnă: cel ce grăiește împotriva e dator să facă o mie de metanii înaintea lui Dumnezeu, sau una către stareț, zicând: „Iartă-mă, Părinte”. Și dezlegare de legătură primește numai prin cea una, care este propriu-zis pocăința și tăierea patimii împotrivirii în cuvânt. Nu este împotrivirea în cuvânt, zice Sfântul Isaac, proprie



viețuirii creștinilor. El a preluat cuvântul de la Apostolul care zice: „Iar dacă cineva încearcă să se împotrivească în cuvânt, noi nu avem o astfel de obișnuință”. Și ca să nu pară cuiva că leapădă numai de la sine pe cel ce se împotrivește în cuvânt, adaugă: „nici Bisericele lui Dumnezeu” (1 *Corinteni* 11, 16). Din aceasta poate cunoaște cineva că este în afară de toate Bisericile lui Dumnezeu, și de Dumnezeu, când se împotrivește în cuvânt, și are trebuință de acea unică și minunată pocăință (metanie), care nefăcându-se, nici cele o mie⁴ nu-i folosesc celui ce are o purtare nepocăită. Căci metania (pocăința) este tăierea voii rele, zice Gură de Aur, iar așa-zisele metanii sunt mai degrabă plecări de genunchi și arată înfățișarea de supunere a celui ce cade fără îngâmfare înaintea lui Dumnezeu și a oamenilor, dacă s-a împotrivit cuiva. Prin ele își află loc de apărare, dacă nu se împotrivește nicidecum în cuvânt, nici nu încearcă să se îndreptățească pe sine, ca fari-seul acela, ci mai degrabă imită pe vameș, socotindu-se pe sine mai rău decât toți și nevrednic să caute în sus. Fiindcă dacă ar socoti că face pocăință, dar încearcă să se împotrivească în cuvânt celui ce-l judecă pe el, întemeiat sau neîntemeiat, nu este vrednic de iertarea cea după har, ca unul ce caută judecătorie

⁴ În acest pasaj cuvântul *μετάνοια* e luat și ca pocăință, și ca metanie.



și dreptăți și așteaptă să ia folos de la forul dreptății. Dar această faptă este străină poruncilor Domnului. Și pe drept cuvânt. Căci unde se aduc dezvinovățiri, se caută dreptatea, și nu iubirea de oameni. Acolo a încetat harul, care îndreptează pe cel care a făcut rău, fără faptele dreptății, numai prin recunoașterea și răbdarea cu mulțumire a mustrărilor celor ce-l mustră, și prin suferirea celor ce-l învinovățesc, fără punere de rău la inimă. Numai atunci i se face rugăciunea curată și pocăința lucrătoare. Căci **cu cât se roagă cineva mai mult pentru cei ce-l bârfesc și-l învinovățesc pe el, cu atât îi înștiințează Dumnezeu mai mult pe cei ce-l dușmănesc pe el, și-i dăruiește lui odihnă prin rugăciunea curată și stăruitoare.** Iar cele ce le cerem, le spunem cu de-amănuntul, nu ca să învățăm pe cunosătorul de inimi Dumnezeu, ci ca să ne străpungem la inimă printr-unele ca acestea; și înmulțim cuvintele cu sânguință, ca unii ce dorim să rămânem cât mai mult cu El, mulțumindu-l pentru așa de mari binefaceri, atât cât e cu putință, cum zice Gură de Aur despre fericitul David: „Zicând Prorocul același cuvânt de mai multe ori, sau unul asemănător lui, nu este vorbărie. Ci face aceasta purtat de dor, și ca să se întipărească cuvântul dumnezeieștii Scripturi în mintea celui ce se roagă sau citește.” Căci Dumnezeu toate le știe mai înainte de a se face și nu are trebuință să asculte înșirarea lor, ci noi avem lipsă de aceasta, ca să cunoaștem ce cerem



și pentru ce ne rugăm, și ca să avem recunoștință și să ne lipim de El prin cereri; apoi ca să nu fim învăluiți de viforul gândurilor și să fim biruiți de vrăjmași, ca fiind în afară de pomenirea lui Dumnezeu. Ci ajutați de rugăciune și de meditatea dumnezeieștilor Scripturi, să ajungem la dobândirea virtuților, despre care Sfinții Părinți au scris cu harul Duhului Sfânt.

Sfântul Petru Damaschin

UNIREA RUGĂCIUNII CU TOATE CUNOȘTINȚELE¹

Iar despre cele opt cunoștințe² se cade să știm că la cele patru dintâi trebuie să zicem, la fiecare, cele scrise mai înainte. Iar la celelalte, la toate: „Doamne miluiește”, cum s-a zis de Sfântul Filimon, și să avem mintea cu totul unită la înțelesuri. Căci așa se cuvine să fie purtarea celor sârguincioși: să aibă mintea când la contemplarea celor sensibile, când la cunoașterea celor inteligibile și la ceea ce e fără chip; și iarăși, când la vreun înțeles al Scripturii, când la rugăciunea curată. Iar trupul, când la citire, când la rugăciunea curată, când la lacrimi pentru sine însuși sau pentru

¹ Extras din Sf. PETRU DAMASCHIN, *Învățăături duhovnicești*, în: *Filocalia*, 5, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 137-139. [*n.ed.*]

² Orice cunoaștere trebuie însoțită, stimulată și îndrumată de rugăciune. Dreapta credință are caracter doxologic.



altcineva, din compătimirea cea după Dumnezeu, când la lucru spre ajutorul vreunuia care e neputincios sufletește sau trupește. Astfel va face totdeauna lucrurile sfinților îngeri, neîngrijindu-se câtuși de puțin de ceva din ale lumii acesteia. Iar Dumnezeu, Care l-a ales pe el și l-a rânduit pentru convorbirea cu Sine și i-a dăruit lui petrecerea aceasta și lipsa de griji, va avea El însuși grijă de acela și-l va hrăni, sufletește și trupește. „Aruncă, zice, grija ta asupra Domnului și El te va hrăni” (*Psalonii* 54, 25). Și cu cât își pune cineva mai mult nădejdea într-Însul în toate cele ale sufletului și ale trupului său, cu atât Îl află pe Acela mai mult purtând grijă de el, încât se socotește pe sine mai jos decât toată zidirea, din pricina multelor daruri ale lui Dumnezeu, arătate și nearătate, sufletești și trupești. Căci fiind cu multe dator, nu se poate mândri câtuși de puțin, din rușine, cu ceva în fața binefecirilor lui Dumnezeu. Și cu cât Îi mulțumește mai mult lui Dumnezeu și se nevoiește să se silească pe sine spre dragostea Lui, cu atât Dumnezeu Se apropie mai mult de el prin darurile Sale și dorește să-l odihnească și să-l facă să prețuiască liniștirea și neaverea mai presus decât toate împărățiile pământului, afară de răsplata veacului viitor. Căci sfinții mucenici sufereau dureri fiind munciți de vrăjmași, dar dorul Împărăției și dragostei lui Dumnezeu biruia durerile, și însuși faptul de a primi putere să biruiască vrăjmașii îl socoteau o



mare mângâiere și îndatorare, că s-au învrednicit să sufere moarte pentru Hristos. Prin aceasta adeseori ajungeau nesimțitori. De asemenea și Sfinții Părinți, silindu-se mult la început prin nevoințe de tot felul și prin războaiele ce li se făceau de către duhurile răutății, biruiau prin dorul și nădejdea nepătimirii. Fiindcă după multă osteneală, cel fără patimă ajunge fără grijă, ca unul ce a biruit patimile.

E drept că și celui pătimăș i se pare că se simte bine, dar din orbire. Numai cel ce se nevoiește are osteneala și războiul din voința de a birui patimile și de a nu putea. Pentru că unul ca acesta e lăsat uneori să fie biruit de cei ce-l războiesc pe el, ca să agonisească smerenie. De aceea e dator să-și cunoască neputința sa și să fugă cu tărie de cele ce-l vatămă, ca să uite obișnuința lui dintâi. Că de nu fuge mai întâi de împrăștiere și nu-și câștigă tăcerea desăvârșită, nu poate ajunge să aibă ceva fără patimă, sau să grăiască pururea cele bune. Simplu grăind, la tot lucrul se cuvine întâi fuga desăvârșită de împrăștiere, ca să nu fie tras cineva de obișnuința de mai înainte. Dar nimeni să nu-și închi- puie din neștiință, auzind despre smerita cugetare, nepătimire și cele asemenea, că le are pe acestea, ci e dator să caute semnul fiecărui lucru și să-l afle în sine.

Sfântul Petru Damaschin

RUGĂCIUNEA MINȚII¹

Întâlnindu-se Sfântul Grigorie Sinaitul cu Sfântul Maxim și stând de vorbă cu el, între altele îi spuse și aceasta: „Te rog, preacinstite părinte, să-mi spui: Ții rugăciunea minții?”.

Iar acela zâmbi puțin și spuse: „Nu vreau să-ți ascund, cinstite părinte, minunea Născătoarei de Dumnezeu care s-a făcut cu mine. Eu, din tinerețea mea, am avut multă credință în Stăpâna mea, Născătoarea de Dumnezeu, și am rugat-o cu lacrimi să-mi dea harul rugăciunii minții. Într-una din zile mergând la biserică ei, cum aveam obiceiul, o rugam iarăși cu multă

¹ Extras din TEOFAN, *Din viața Cuviosului părintelui nostru Maxim Cavescolivitul*, în: *Filocalia* 8, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 627-631 – [n.ed.]. Din *Viața Sf. Maxim Cavescolivitul*, scrisă de Teofan și publicată de J. Halkin, în: *Analecta Bollandiana*, tom. LIV, 1906, pp. 25-112.



și nemăsurată căldură a inimii mele. Și acolo, cum sărutam cu dor sfânta ei icoană, îndată am simțit în pieptul meu și în inima mea o căldură, o flacără ce venea din sfânta icoană, care nu mă ardea, ci mă răcorea și îndulcea și aducea în sufletul meu o mare străpungere a inimii. De atunci, părinte, a început inima mea să zică înlăuntrul ei rugăciunea, și mintea mea să se îndulcească de pomenirea lui Iisus al meu și a Născătoarei de Dumnezeu, și să fie totdeauna cu pomenirea lor. Și, din acel timp, n-a mai lipsit rugăciunea din inima mea. Iartă-mă”.

Iar Sfântul Grigorie îi zise: „Spune-mi, sfinte, ai încercat vreodată în vreme ce ziceai rugăciunea *«Doamne, Iisuse Hristoase...»* vreo prefacere dumnezeiască, vreun extaz sau vreo ieșire, vreun rod al Sfântului Duh?”. Și Sfântul Maxim îi răspunse: **„O, părinte, pentru aceea am mers în loc pustiu și am dorit totdeauna liniștea, ca să mă bucur mai mult de rodul rugăciunii, care este o dragoste covârșitoare de Dumnezeu și o răpire a minții la Domnul”.** Iar Sfântul Grigorie îi zise: „Te rog, părinte, să-mi spui: Le ai pe acestea de care grăiești?”. Sfântul Maxim zâmbi iarăși și-i zise: „Dă-mi să mănânc și nu-mi cerceta amăgirea”. Atunci Sfântul Grigorie îi zise: „O, de aș avea și eu această amăgire a ta, sfinte! Dar te rog să-mi spui: În vremea în care e răpită mintea ta la Dumnezeu, ce vezi cu ochii



înțelegerii?² Și, oare, poate mintea atunci să-și înalțe, împreună cu inima, și rugăciunea?”. Iar Sfântul Maxim îi răspunde: „Nu poate, pentru că **atunci când vine harul Sfântului Duh în om, prin mijlocirea rugăciunii, încetează rugăciunea**. Căci atunci mintea este luată în stăpânire întreagă de harul Sfântului Duh și nu mai poate să pună în lucrare puterile ei, ci rămâne în nelucrare și se supune numai Sfântului Duh, și unde voiește Duhul Sfânt, acolo o duce, fie în văzduhul nematerial al luminii dumnezeiești³, fie la altă vedere de negrăit, sau, adeseori, la o grăire dumnezeiască. Scurt vorbind, precum voiește Mângâietorul, sau Duhul Sfânt, așa mângâie pe robii Săi. Precum îi trebuie fiecăruia, așa îi dă și harul Său.

Ceea ce zic poate să vadă cineva limpede la proroci și la apostoli, care s-au învrednicit să vadă atâtea vederi, măcar că oamenii râdeau de ei și îi socoteau rătăciți și beți (*Fapte* 2, 13). Prorocul Isaia L-a văzut pe Domnul pe tron înalt și ridicat, și pe serafimi în jurul Lui (*Isaia* 6, 1-2). Protomartirul Ștefan „a văzut cerurile deschise și pe Iisus Hristos la dreapta Tatălui” și celelalte (*Fapte* 7, 56).

² E îmbinarea obișnuită gândirii răsăritene între contactul duhovnicesc cu realitatea lui Dumnezeu și înțelegerea ei, iluminarea de un sens al ei.

³ În ambianța unei înțelegeri total duhovnicești, care însă nu e numai subiectivă, ci e o prezență înțelegătoare și înțeleasă, mai presus de înțelegere, a lui Dumnezeu.



În același fel și acum robii lui Hristos se învrednicesc să vadă felurite vederi, pe care unii nu le cred, nici nu le primesc în niciun fel că sunt adevărate, ci le socotesc amăgiri, și pe cei ce le văd, amăgiți. Eu mă minunez și nu pricep cum s-au împietrit oamenii aceștia și au orbit cu sufletul, încât nu cred ceea ce a făgăduit nemincinosul Dumnezeu, prin prorocul Ioil, că le va da celor credincioși, acolo unde zice: „Voi vărsa din harul Meu peste fiecare credincios și peste robii și peste roabele Mele” (*Ioil* 3, 1-2)? Este vorba de harul pe care l-a dat Domnul nostru, și îl dă și acum, și îl va da până la sfârșitul lumii, după făgăduința Sa, tuturor slugilor Sale credincioase. Iar când vine harul acesta al Duhului Sfânt peste fiecare, nu-i arată lucrurile obișnuite, nici cele ale lumii cunoscute cu simțurile, ci le arată pe acelea pe care nu le-a văzut niciodată de la sine, nici nu și le-a închipuit. Atunci, mintea acelui om învață de la Duhul Sfânt taine înalte și ascunse, pe care, după dumnezeiescul Pavel, nu poate să le vadă ochiul trupesc al omului, nici minte de om nu le poate născoci de la sine (*1 Corinteni* 2, 9). Și, ca să înțelegi cum le vede mintea omului acestuia, gândește-te la ceea ce vreau să-ți spun.

Ceara, când e departe de foc, e tare și vârtoasă; iar dacă o arunci în foc, se topește, și în mijlocul flăcării se aprinde și arde, și se face întreagă lumină, și așa se



sfârșește întreagă în foc, și nu e chip să nu se topească în foc și să nu se facă precum apa. Așa și mintea omului: când e singură, fără să se întâlnească cu Dumnezeu, înțelege câte sunt în puterea ei. Dar când se apropie de focul dumnezeiesc și de Duhul Sfânt, atunci e stăpănită cu totul de lumina dumnezeiască și se face întreagă lumină, și în flacăra Preasfântului Duh se aprinde și se topește de înțelegerea Lui, și nu mai e chip ca în focul dumnezeirii să înțeleagă ale sale și cele ce le vrea”⁴.

Atunci îi zise Sfântul Grigorie: „Dar sunt și altele asemănătoare care sunt amăgiri”. Iar marele Maxim îi răspunse: „Altele sunt semnele amăgirii, și altele ale harului. Astfel, duhul rău al amăgirii, când se apropie de om, îi zăpăcește mintea și o sălbăticește; îi face inima aspră și o întunecă; îi pricinuieste frică, temere și mândrie; îi înăsprește ochii, îi tulbură creierul, îi înfi-oară tot trupul; îi iscă, prin nălucire, în fața ochilor o lumină care nu strălucește și nu e curată, ci roșie; îi scoate mintea din frâu și o îndrăcește; îl mișcă să spună cu gura cuvinte necuviincioase și hulitoare. Și cel ce vede acest duh al amăgirii de mai multe ori se mânie și se umple de furie. El nu cunoaște deloc smerenia,

⁴ Chiar în relația de iubire cu altul, înțelegerea noastră e și topire a noastră și uitare de noi. Ne înțelegem pe noi și pe celălalt ca o unitate plină de căldură.



nici plânsul și lacrima adevărată, ci totdeauna se laudă cu bunătățile lui; e plină de slava deșartă și fără înfrânare și temere de Dumnezeu și totdeauna e stăpânit de patimi. Iar la urmă de tot își iese cu totul din minți și vine la pierzania deplină. Fie ca Domnul să ne izbăvească, prin rugăciunile tale, de această amăgire.

Iar **semnele harului** sunt acestea: când vine la om harul Preasfântului Duh, îi adună mintea și-l face să fie cu luare-aminte și smerit, îi aduce aminte de moarte, de păcatele lui, de judecata viitoare și de osânda veșnică; îi face sufletul de se frânge ușor, de plânge și se tânguiește; îi face și ochii liniștiți și plini de lacrimi. Și cu cât se apropie mai mult de suflet, cu atât îl mângâie mai tare prin sfintele patimi ale Domnului nostru Iisus Hristos și prin nemărginita Lui iubire de oameni și-i prilejuiește minții vederi înalte și adevărate, și anume:

1) *cu privire la puterea necuprinsă a lui Dumnezeu, Care cu un singur cuvânt a adus toate din neființă la ființă;*

2) *cu privire la puterea nemărginită, care singură cârmuiește și are grijă de toate;*

3) *cu privire la necuprinsul Sfintei Treimi și la noianul nestrăbătut al ființei dumnezeiești și celelalte.*

Atunci mintea omului parcă e răpită de acea lumină și luminată de lumina cunoștinței dumnezeiești. Inima i se face senină și blândă și dă la iveală roadele Sfântului



Duh: bucuria, pacea, îndelunga-răbdare, bunătatea, compătimirea, iubirea, smerenia și celelalte. Sufletul lui primește o bucurie de negrăit”.

Auzind acestea, Sfântul Grigorie Sinaitul a rămas uimit și se minuna de cele ce-i spunea dumnezeiescul Maxim și nu-l mai numea om, ci înger pământesc.

Teofan

„EU CA OM AM PĂCĂTUIT, DAR TU CA DUMNEZEU IARTĂ-MĂ!”

Despre privegherea în timpul nopților și despre diferite feluri ale faptelor¹

Când voiești să stai în slujba (liturghia) privegherii tale, cu ajutorul lui Dumnezeu, fă cum îți spun: **Pleacă-ți genunchii după obicei și ridică-te și să nu începi îndată slujba (liturghia) ta, ci după ce mai întâi te-ai rugat și ai isprăvit rugăciunea și ți-ai pecetluit inima și mădulele cu semnul de viață făcător al crucii.** Apoi stai o clipă tăcând, până ce se odihnesc simțirile tale și se liniștesc gândurile tale și după aceea înalță privirea ta dinăuntru spre Domnul și roagă-L cu înțrîtare să întărească slăbiciunea ta și să se facă stihurile

¹ Extras din Sf. ISAAC SIRUL, *Cuvinte despre nevoiță*, în: *Filocalia* 10, ediție jubiliară, traducere din grecește, introducere și note de Preotul Profesor Dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017, pp. 181-183. [n.ed.]



tale și bunăvoirile inimii tale plăcute voii Lui celei sfinte.
Și zi liniștit în rugăciunea inimii tale așa:

Rugăciune

*Doamne Iisuse Hristoase, Dumnezeuul meu, Cel ce cercetezi
zidirea Ta, Căruia Ți sunt arătate patimile mele și slăbiciunea
firii noastre și tăria potrivnicului nostru, acoperă-mă
Tu însuși dinspre răutatea mea. Că puterea Ta este tare
și firea noastră ticăloasă și puterea noastră slabă. Deci
Tu, Bunule, Cel ce cunoști slăbiciunea noastră, Care ne
porți povara neputinței noastre, păzește-mă de tulbu-
rarea gândurilor și de potopul patimilor și fă-mă vrednic
de această slujbă sfântă, ca nu cumva să stric dulceața
ei cu patimile mele și să mă aflu fără rușine și plin de
îndrăzneală înaintea Ta.*

*

Deci trebuie să pornim cu toată libertatea² la slujba
(liturgia) noastră, în afară de orice cugetare copi-
lărească tulburată. Iar de vedem că nu mai e vreme
multă și se face ziuă înainte de a isprăvi, să lăsăm de
bunăvoie și cu cunoștință o „slavă” sau două din cele
obișnuite, ca să nu-și facă loc în noi tulburarea și să
pierdem gustul slujbei (liturghiei) noastre și să ames-
tecăm psalmii ceasului dintâi.

² Cu toată libertatea de patimi și de gânduri pătimișe.



Dacă, în vreme ce slujești, îți vorbește și-ți șoptește gândul spunându-ți: „Grăbește puțin, ca să sporească lucrul și să isprăvești mai repede”, să nu-l asculți. Iar de te va tulbura și mai mult gândul acesta, întoarce-te îndată înapoi cu o „slavă”, sau cu câte voiești și rostește fiecare stih care poartă chip de rugăciune, cu luare-aminte, de mai multe ori. Și dacă iarăși te tulbură sau te înghesuie gândul acesta, lasă stihurile și pleacă-ți genunchii la rugăciune și zi: „Eu nu voiesc să măsor cuvintele, ci să ajung la locașuri”³. Căci pe toată cărarea mea, pe care mă vei călăuzi, voi merge repede. Poporul acela, care a turnat vițelul în pustie, a umblat patruzeci de ani, străbătând, urcând și coborând munții și dealurile, și pământul făgăduinței nu l-a văzut nici măcar de departe.

Iar dacă în vremea privegherii tale va birui oboseala stării în picioare din pricina lungimii, și vei slăbi, și gândul

³ „Să ajung locașurile.” „În casa Tatălui Meu sunt multe locașuri”, a spus Fiul Unul-Născut al lui Dumnezeu (*Ioan* 14, 2). Iar Grigorie Teologul a zis: „Este ceva care să mă ducă la aceste locașuri? (Căci a spus mai sus că locaș este odihna și slava de acolo, rânduie celor fericiți). Sau nu e nimic? Este cu siguranță. Ce e aceasta? Sunt diferitele viețuiri și porniri, din care fiecare duce în alt loc după măsura credinței. Pe acestea le numim și căi. Trebuie să călătorim pe toate căile acestea sau pe unele? De e cu puțință, pe toate; iar de nu, pe cât mai multe; iar de nu, măcar pe unele. Iar de nu putem nici așa, măcar pe una, dar, deosebit de mare, cum mi se pare” (în *Cuv. / despre teologie*). Cuviosul acesta ne îndeamnă să dorim să umblăm prin toate felurile viețuiri ale virtuții. Căci adaugă: „În toată cărarea mea pe care mă vei călăuzi, voi umbla repede”.



Îți va zice, mai bine-zis vicleanul uneltitor îți va grăi prin gând, ca și prin șarpe: „Sfârșește odată, că nu mai poți să stai”, zi-i lui: „Nu, ci mai bine voi ședeă în timpul unei catisme” (căci aceasta e mai bine, decât să dormi). „Și dacă limba mea tace și nu spune psalmi, mintea mea se ocupă cu Dumnezeu în rugăciune și în convorbirea cu El”. Vegherea e numaidecât mai folositoare decât somnul. Dar privegherea nu constă numai din starea în picioare, nici numai din rostirea stihurilor psalmilor, ci priveghează cel ce rostește toată noaptea psalmi, cel ce este în pocăință și în rugăciunile străpungerii și în îngenuncheri, și cel ce este în plâns și lacrimi și tânguiri pentru păcatele sale. (S-a spus despre careva dintre cei dintâi dintre noi, că patruzeci de ani rugăciunea lui era un singur cuvânt: **„Eu ca om am păcătuit, dar Tu ca Dumnezeu iartă-mă”**. Și Părinții îl simțeau cugetând la conținutul stihului cu întristare. Iar când plângea și nu se liniștea, în loc de slujire făcea numai această rugăciune ziua și noaptea.) Priveghează cel ce rostește stihuri puțin timp seara, iar cealaltă parte a nopții o petrece în cântări și tropare; cel ce este în doxologie și citire și cel ce și-a pus lege să nu-și plece genunchiul în vremea după ce l-a războit gândul acela viclean⁴. Iar Dumnezeului nostru fie slava și stăpânirea în vecii vecilor! Amin.

Sfântul Isaac Sirul

⁴ Ca nu cumva pierzând încordarea șederii în picioare, să-l cuprindă moleșeala și așipirea.

||

**DIN
ÎNȚELEPCIUNEA
BĂTRÂNILOR
FILOCALICI**

Maxime și cugetări
despre Rugăciune

[1]

„Când îți aduci aminte de Dumnezeu, înmulțește rugăciunea, ca, atunci când Îl vei uita, Domnul să-Și aducă aminte de tine.”

Sfântul Marcu Ascetul

[2]

„Cel ce nu poartă grijă, după puterea lui, de toate virtuțile săvârșește un păcat anevoie de iertat; dar rugăciunea și milostenia întorc pe cei ce nu poartă de grijă.”

Sfântul Marcu Ascetul

[3]

„Față de încercările care vin, mulți s-au împotrivit în multe chipuri. Dar fără rugăciune și pocăință nimeni n-a scăpat de asuprire.”

Sfântul Marcu Ascetul



[4]

„Cel ce se roagă întru cumințenie rabdă cele ce vin asupra-i. Iar cel ce ține minte răul încă nu s-a rugat curat.”

Sfântul Marcu Ascetul

[5]

„Nu se poate liniști mintea fără trup, precum nu poate fi surpat zidul dintre ele fără liniștire și rugăciune [v. nota finală 5.1].”

Sfântul Marcu Ascetul

[6]

„Rugăciunea încă se numește virtute, deși e maica virtuților. Căci le naște pe acelea prin împreunarea cu Hristos. Tot ce am săvârși fără rugăciune și nădejde bună ne este pe urmă vătămător și fără preț.”

Sfântul Marcu Ascetul

[7]

„Fugi de ispită prin răbdare și prin rugăciune. Căci dacă i te împotrivești fără acestea, vine asupra-ți și mai năvalnic. (...) Toate câte le grăim sau le săvârșim fără rugăciune ni se arată pe urmă sau greșite, sau



vătămătoare și ne dovedesc lipsiți de cunoștință prin lucrurile care urmează.”

Sfântul Marcu Ascetul

[8]

„Cine înțelege ceea ce a spus în chip tainic Sfântul Pavel, că lupta noastră e împotriva duhurilor răutății (Efeseni 6, 12), va înțelege și parabola Domnului, prin care a arătat că trebuie să ne rugăm neîncetat și să nu ne lenevim (Luca 18, 1).”

Sfântul Marcu Ascetul

[9]

„Cunoștința lucrurilor folosește omului în vreme de ispită și de trândăvie. Dar în vreme de rugăciune îl păgubește.”

Sfântul Marcu Ascetul

[10]

„Cunoștința o aduc rugăciunea și liniștea multă când lipsesc cu desăvârșire grijile; iar înțelepciunea o aduce meditația fără slavă deșartă a cuvintelor Duhului, și mai ales harul lui Dumnezeu care o dă.”

Diadoh al Foticeii



[11]

„Când facultatea impulsivă (mânia) a sufletului se pornește împotriva patimilor, trebuie să știi că este vreme de tăcere, căci este ceas de luptă. Iar când vede cineva că starea aceasta de neliniște a ajuns la liniște, fie prin rugăciune, fie prin milostenie, să se lase mișcat de dragostea cuvintelor, asigurând însă prin legăturile smeritei cugetări aripile minții. Căci până nu se smerește cineva foarte prin disprețuirea de sine, nu poate grăi despre măreția lui Dumnezeu.”

Diadoh al Foticeii

[12]

„Mintea noastră adeseori se simte îngreunată la rugăciune din pricina mării îngustimi și concentrări a acestei virtuți. Dar îmbrățișează cu bucurie contemplarea și cuvântarea de Dumnezeu, dată fiind largimea și libertatea de mișcare pe care i le descoperă vederile dumnezeiești. Ca să nu-i dăm așadar minții puțința să spună multe sau chiar să zboare peste măsură, să ne îndeletnicim cel mai mult cu rugăciunea, cu cuvântarea Psalmilor și cu citirea Scripturilor, netrecând cu vederea nici tâlcuirile bărbaților învățați, a căror credință se cunoaște din cuvinte. Pentru că, făcând aceasta, nu lăsăm mintea să amestece cuvintele sale în cuvintele harului, precum nu-i îngăduim să fie furată de slava



deșartă și împrăștiată de multa plăcere a vorbăriei, ci o păzim în vremea contemplației în afară de orice lucrare a închipuirii și facem prin aceasta ca aproape toate cugetările ei să fie întovărășite de lacrimi. Căci odihnindu-se în ceasurile de liniștire (isihie) și îndulcindu-se mai ales cu dulceața rugăciunii, nu numai că se va elibera de neajunsurile mai sus pomenite, ci va prinde și mai multă putere spre a se deda cu agerime și fără osteneală contemplațiilor dumnezeiești, sporind totodată cu multă smerenie în darul deosebirii. Dar trebuie să știm că este și o rugăciune mai presus de orice lărgime. Aceasta însă e proprie numai acelora care sunt plini în toată simțirea și încredințarea lor de harul Duhului Sfânt.”

Diadoh al Foticeii

[13]

„Împrejurările cer de la noi rugăciune, precum valurile, vijeliile și furtunile cer cârmaci. Căci suntem supuși la atacul (προσβολή) gândurilor, atât ale virtuții, cât și ale păcatului. Iar stăpân peste patimi se zice că este gândul cel evlavios și iubitor de Dumnezeu. Deci ni se cade nouă, celor ce râvnim liniștea, să deosebim și să despărțim cu luare-aminte și cu înțelepciune virtuțile și păcatele, și să aflăm care virtute trebuie să o cultivăm când sunt de față părinții și frații, și pe care s-o lucrăm



când suntem singuri. Trebuie să mai știm care este virtutea primă, care a doua, a treia; și care patimă este sufletească, și care trupească; și din care virtute ne răpește mândria mintea, din care se ivește slava deșartă, prin care se apropie mânia și din care se ivește lăcomia pântecelui. Căci datori suntem să curățim gândurile, precum și orice înălțare ce ar crește împotriva cunoștinței de Dumnezeu.”

Isaia Pustnicul

[14]

„Rugăciunea desface mintea de toate înțeleșurile și o înfățișează goală lui Dumnezeu.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[15]

„Nebunul însă roagă pe Dumnezeu să-l miluiască; dar venind mila, nu o primește, fiindcă nu a venit precum a voit el, ci precum Doctorul sufletelor a socotit că e de folos. Și de aceea se face nepăsător și se tulbură, și uneori se războiește aprins cu dracii, alteori hulește pe Dumnezeu; astfel arătându-se nemulțumit, nu primește decât bâta.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul



[16]

„Să nu-ți întinezi mintea ta răbdând gânduri de poftă și de mânie, ca nu cumva, căzând din rugăciunea curată, să te cuprindă duhul moleșelii. Mintea cade de la îndrăznirea cea către Dumnezeu, atunci când se însoțește cu gândurile viclene și spurcate.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[17]

„Când ai ajuns ca niciodată în vremea rugăciunii să nu-ți mai tulbure mintea vreo idee din cele ale lumii, să știi că nu te mai afli în afară de hotarele nepătimirii.

Când sufletul începe să-și simtă sănătatea proprie, începe să vadă și nălucirile din visuri ca niște lucruri deșarte, ce nu-l mai tulbură. Precum ochiul sensibil e atras de frumusețea celor văzute, la fel mintea curată e atrasă de cunoștința celor nevăzute. Iar nevăzute socolesc pe cele netrupești.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[18]

„Rostul poruncilor este să facă simple înțelesurile lucrurilor [v. nota finală 18.1]; iar al citirii și al contemplării, să facă mintea nepământească și fără formă. Aceasta îi dă putința de a se ruga fără împrăștiere.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul



[19]

„Starea cea mai înaltă a rugăciunii spun unii că este aceea în care mintea a ajuns în afară de trup și de lume și a devenit cu totul imaterială și fără formă în vremea rugăciunii. Prin urmare, cel ce păstrează nevătămată această stare cu adevărat se roagă neîncetat.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[20]

„Precum trupul murind se desparte de toate lucrurile vieții, la fel și mintea, murind când ajunge la culmea rugăciunii, se desparte de toate cugetările lumii. Căci de nu moare cu această moarte, nu poate nici a se afla și a trăi cu Dumnezeu.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[21]

„Partea poftitoare a sufletului întărită mai des așază în suflet deprinderea anevoie de clintit a iubirii de plăcere; iar iușimea tulburată continuu face mintea fricoasă și fără bărbăție. Pe cea dintâi dintre acestea o tămăduiește nevoința statornică în post, priveghere și în rugăciune; pe cea de-a doua, bunătatea, iubirea de oameni și mila.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul



[22]

„Cu cât te rogi mai mult din suflet pentru cel ce te defaimă, cu atât Dumnezeu le arată adevărul celor ce se smintesc.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[23]

„Cei ce încă se tem de războiul cu patimile și de năvala vrăjmașilor nevăzuți trebuie să tacă, adică să nu ia asupra lor însărcinarea de-a răspunde pentru virtute, ci să lase lui Dumnezeu, prin rugăciune, grija pentru ei.

În leșirea (14, 14) se zice către aceștia:

« Domnul va lupta pentru voi, și voi veți tăcea. » Iar cei ce, după surparea prigonitorilor, cercetează chipurile virtuților spre a le învăța cu recunoștință trebuie să aibă numai deschisă urechea înțelegerii. Către aceștia zice: « Ascultă, Israele » (Deuteronomul 6, 4). În sfârșit, celui ce dorește cu putere cunoștința dumnezeiască din pricina curățeniei, i se potrivește îndrăzneala cucernică. Către el se zice: « Ce strigi către Mine? » (leșirea 14, 15). Așadar, celui ce din pricina temerii i s-a rânduit tăcere, i se cuvine să-și caute scăparea numai la Dumnezeu; celui ce i se poruncește să asculte, i se cade să fie gata spre ascultarea poruncilor dumnezeiești; în sfârșit, celui ce se îndeletnicește cu cunoașterea, i se cuvine să strige neîncetat, rugându-se pentru depărtarea relelor și



*mulțumind pentru bunătățile de care s-a împărtășit
[v. nota finală 23.1].”*

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[24]

„Rugăciunea celui activ (practic) constă, zice, în cererea virtuților, iar prorocia în comunicarea adevărată a rațiunilor din ele. Rugăciunea celui ce se îndeletnicește cu contemplarea naturii constă, zice, în cererea cunoștinței științifice a lucrurilor, iar prorocia în comunicarea acesteia altora, printr-o învățătură adevărată. În sfârșit, rugăciunea celui ce se îndeletnicește cu teologia este, zice, tăcerea tainică, în timpul căreia mintea se face, prin negarea lucrurilor în sens de depășire, vrednică de unirea cea mai presus de înțelegere și cunoștință [v. nota finală 24.1]; iar prorocia acestuia este inițierea tainică a altora în acestea. Căci rugăciunea înfăptuiește unirea celui ce se roagă cu Dumnezeu, iar prorocia pentru Dumnezeu îndeamnă pe cel ce proroceste să comunice oamenilor bunurile date lui.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[25]

„Domnul și Dumnezeuul nostru, învățând pe ucenicii Săi cum trebuie să se roage, le spune să se roage să nu



le vină felul ispitelor cu voia: « Și nu ne duce pe noi în ispită » (Matei 6, 13), adică îi învață pe ucenicii Săi să se roage să nu fie lăsați să facă experiența ispitelor plăcerii, adică a celor voite și poftite.”

Sfântul Maxim Mărturisitorul

[26]

„Liniștea (isihia), rugăciunea, dragostea și înfrânarea sunt o căruță cu patru roți, care suie mintea la ceruri.”

Talasie Libianul

[27]

„De vrei să dobândești mântuirea, leapădă-te de plăceri și ia asupra ta înfrânarea și dragostea, împreună cu rugăciunea stăruitoare.”

Talasie Libianul

[28]

„Liniștea (isihia) și rugăciunea sunt cele mai mari arme ale virtuții, căci acestea curățind mintea, o fac străvăzătoare.”

Talasie Libianul



[29]

„Asuprește-ți trupul și roagă-te mereu; și te vei izbăvi repede de gândurile aduse de amintire (de prejudecată).”

Talasie Libianul

[30]

„Stăpânul ne-a învățat și pe noi, nevrednicii, cum trebuie să purtăm lupta față de duhurile răutății, adică în smerenie, cu post, cu rugăciune și cu trezvie; El, Care n-avea trebuință de ele, ca Cel ce era Dumnezeu și Dumnezeuul dumnezeilor.”

Isihie Sinaitul

[31]

„Cel ce se ocupă neîncetat cu cele dinlăuntru este cumpătat. Dar nu numai atât, ci și contemplă, cunoaște pe Dumnezeu și se roagă. Aceasta este ceea ce zice Apostolul: « Umblați în duh, și pofta trupului să nu o săvârșiți » (Galateni 5, 16).”

Isihie Sinaitul

[32]

„Nu vei putea să calci peste aspidă și vasilisc (Psalmii 90, 13), și celelalte, dacă nu vei primi de la Dumnezeu, prin



multă rugăciune, îngeri apărători, care să te ridice cu mâinile lor și să te facă să fii mai presus de cugetul trupesc.”

Ioan Carpatinul

[33]

„Cei ce se roagă mai stăruitor, aceia sunt mai tulburați de ispite înfricoșate și sălbatice.”

Ioan Carpatinul

[34]

„Odată zice Domnul că « Tatăl va da cele bune celor care cer de la Dânsul » (Matei 7, 11); altădată, că « va da Duhul Sfânt celor ce se roagă » (Luca 11, 13). Prin aceste cuvinte înțelegem că cei ce se roagă lui Dumnezeu, dacă se întăresc în acest cuget, vor primi nu numai iertare de păcate, ci și daruri cerești. Căci aceste bunuri le făgăduiește Domnul nu celor drepti, ci celor păcătoși: « Căci dacă voi, zice, răi fiind, știți să dați daruri bune copiilor voștri, cu cât mai vârtos Tatăl vostru cel ceresc va da celor ce cer de la El » (Matei 7, 11), pe Duhul Sfânt? Cere, așadar, fără preget și cu cuget neîndoios, și vei lua cele mari și mai presus de vrednicie, chiar dacă ești neînsemnat în viețuirea virtuoasă și foarte neputincios.”

Ioan Carpatinul



[35]

„Prin rugăciunea neîncetată și prin meditarea dumnezeieștilor Scripturi, se deschid ochii înțelegători ai sufletului și văd pe Împăratul Puterilor, născându-se o bucurie mare și un dor ce arde cu putere în suflet. Și înălțându-se și trupul de către duhul, întreg omul se face duhovnicesc. Acestea le spun lucrătorii fericitei liniști și ai petrecerii prea strâmte, care, despărțindu-se pe ei de toată mângâierea omenească, grăiesc în curăție numai cu Stăpânul din ceruri.”

Avva Filimon

[36]

„Rugăciunea este mulțumirea pentru bunurile primite și cererea iertării greșalelor și a puterii care împuternicește pentru viitor, întrucât fără ajutorul dumnezeiesc, cum s-a spus și mai-nainte, n-ar putea face sufletul nimic. Ea mai este unirea cu Cel dorit și împărtășirea de El și învoirea deplină a întregii puteri a voinței cu El. Iar partea cea mai însemnată a țintei urmărite este să înduplece voința să vrea acestea cât se poate de mult.”

Teodor al Edessei

[37]

„Nimic nu este mai bun decât rugăciunea curată, din care țâșnesc ca dintr-un izvor virtuțile: înțelegerea,



blândețea, dragostea, înfrânarea, ajutorul care ne vine prin lacrimi de la Dumnezeu, deodată cu mângâierea. Iar frumusețea acesteia stă în aceea că mintea se află numai în cele zise și gândite și are pururea o dorință nesăturată după întâlnirea cu Dumnezeu. Când mintea adulmecă prin contemplarea fapturilor urmele Stăpânului și caută cu dor fierbinte și cu însetare să afle și să vadă pe Cel nevăzut, sau contemplă întunericul care-L ascunde, se întoarce iarăși la sine, retrăgându-se cu cel mai mare respect și cu evlavie, îndestulându-se deocamdată cu vederea care i-a fost de folos să i se descopere și mângâindu-se cu atâta. Dar are bună nădejde că va primi pe Cel dorit atunci când, topindu-se cele văzute (manifestările) și închipuirea în umbre, ca prin oglindă și în ghicituri, va veni pentru de-a pururi vederea față către față.”

Teognost

[38]

„Chiar dacă porți grijă de rugăciunea curată, care unește mintea nematerială cu Dumnezeu, în chip nematerial, și ai ajuns să vezi ca într-o oglindă odihna care te așteaptă după sfârșitul vieții de aici, ca unul ce ai primit arvuna Duhului și ai dobândit Împărăția cerurilor înăuntrul, întru toată simțirea și încredințarea, să nu suferi a te slobozi din trup fără preștiința morții,



ci roagă-te cu dinadinsul pentru aceasta și fii cu bună nădejde că vei dobândi-o aproape de sfârșit, de-ți va fi de folos. Dar pregătește-te pentru ea neîncetat, lepădând toată frica, pentru ca, străbătând văzduhul și scăpând de duhurile răutății, cu îndrăzneală și fără temere să ajungi înăuntrul bolților cerești, unindu-te cu cetele îngerești și adăugându-te la aleșii și dreptii din veac și privind, pe cât este cu putință, Dumnezeirea. Iar dacă nu, să cunoști barem bunătățile de sub Ea și pe Cuvântul lui Dumnezeu răspândind razele mai presus de ceruri, pe Cel închinat cu o singură închinare împreună cu trupul Său neprihănit, deodată cu Tatăl și cu Duhul, de către toată oastea cerească și de către toți sfinții.

Amin."

Teognost

[39]

„Rugăciunea și tăcerea sunt virtuți care atârnă de noi, prin puterea noastră.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[40]

„Răbdarea e casa rugăciunii, căci e ținută în ea. Iar smerenia e materia ei, căci se hrănește din ea.”

Sfântul Ilie Ecdicul



[41]

„Precum mînzul nu suferă primăvara să stea la iesle și să mănânce cele de acolo, așa nici mintea tânără nu poate răbda mult îngustimea rugăciunii, ci se bucură mai bine, ca și acela, să iasă la largul contemplației naturale, care se află în psalmodie și în citire.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[42]

„Precum nu toți cei ce ajung la convorbirea cu împăratul pot să stea la masă cu el, așa nici cei ce ajung la întâlnirea cu rugăciunea nu se vor bucura toți de contemplația din ea.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[43]

„Precum tăcerea la vreme este frâna mâniei, așa mîncarea cu măsură este frâna poftei, iar rugăciunea de un singur gând, a gândurilor neașezate.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[44]

„Sufletul care caută încă rugăciunea e asemenea femeii în durerile nașterii; iar cel care a ajuns-o e asemenea



celeia care a născut și e plină de bucurie pentru naștere.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[45]

„Sufletul care s-a lepădat cu desăvârșire de sine și s-a închinat în întregime rugăciunii nu mai vine jos când vrea, odată ce se află deasupra zidirii, ci când va socoti că e drept Cel ce poartă toate ale noastre cu cumpănă și cu măsură.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[46]

„Cerbul aleargă la izvoarele apelor trupesti când e mușcat de o fiară; iar sufletul, la razele celor netrupești când e rănit de săgeata preadulce a rugăciunii.”

Sfântul Ilie Ecdicul

[47]

„În însăși pornirea rugăciunii, mintea e răpită de dorul lui Dumnezeu și nu mai știe nimic din lumea aceasta.”

Sfântul Petru Damaschin



[48]

„Nu este ceva care să ajute la tot lucrul bun, ca rugăciunea curată, nici piedică la dobândirea virtuților, ca împrăștierea și rătăcirea cugetării, chiar dacă e de scurtă vreme.”

Sfântul Petru Damaschin

[49]

„Mai mare este facerea de bine pe seama unui suflet prin cuvânt sau rugăciune, precum mai mare lucru este când cineva rabdă pe aproapele, ca să nu fie necăjit cel care-l nedreptățește, ci să i se liniștească voia în vremea tulburării sale, cum zice Sfântul Dorotei. Prin aceasta face milă cu sufletul lui, purtându-i povara, și se roagă pentru el, dorindu-i mântuirea și orice alt bine trupesc și sufletesc. Aceasta este răbdarea cea curată a răului, care ne curăță sufletul și-l ridică spre Dumnezeu. Fiindcă slujirea omului e mai mare decât orice lucrare și virtute. Căci nu este ceva mai mare între virtuți și mai desăvârșit ca dragostea aproapelui.”

Sfântul Petru Damaschin

[50]

„Toți creștinii suntem datori să mulțumim lui Dumnezeu, precum s-a zis: « Pentru toate mulțumiți » (1 Tesaloniceni 5, 18).



De la aceasta ajungem la alt cuvânt al Apostolului, care zice: « Neîncetat vă rugați » (1 Tesaloniceni 5, 17), adică să avem pomenirea lui Dumnezeu în toată vremea, locul și lucrul. Pentru că orice ar face cineva, e dator să aibă pomenirea Celui ce a făcut lucrul acela. De pildă, tu cel dintre noi, când vezi lumina, nu uita pe Cel ce ți-a dăruit-o; când vezi cerul și pământul, marea și toate cele ce sunt, dă laudă și slavă Celui ce le-a făcut; când îmbraci o haină, cunoaște al cui e darul și mărește pe Cel ce poartă grijă de viața ta. Și simplu, orice mișcare să-ți fie prilej pentru slava lui Dumnezeu și, iată, te rogi neîncetat, și prin aceasta sufletul se bucură totdeauna (cf. 1 Tesaloniceni 5, 16), după Apostol. Căci pomenirea lui Dumnezeu îl veselește pe el, zice Sfântul Dorotei, aducând mărturie cuvântul lui David:

« Adusu-mi-am aminte de Dumnezeu și m-am veselit »
(Psalmii 86, 3)."

Sfântul Petru Damaschin

[51]

„Nu e lucru mai bun ca acela de a te arunca pe tine înaintea lui Dumnezeu ziua și noaptea, și a-L ruga să se facă voia Lui întru toate; nici mai rău, ca a iubi libertatea și rătăcirea sufletului sau a trupului. Fiindcă nouă celor ce încă iubim binele de frica muncilor și a încercărilor, nu ne este de folos deloc libertatea, ci paza



și fuga de lucruri, ca și prin depărtarea celor ce vatămă neputința noastră, să putem lupta cu gândurile.”

Sfântul Petru Damaschin

[52]

„Zice Gură de Aur despre el: « Privește evlavia Apostolului. Căci aducându-și aminte de Dumnezeu, nu învăța până ce nu aducea lui Dumnezeu datorita mulțumire și rugăciune, arătând că de acolo are cunoștința și tăria ».
Și cu drept cuvânt. Căci sfătuirea este împreună cu rugăciunea.”

Sfântul Petru Damaschin

[53]

„Rugăciunea este forța eliberatoare, prin întâlnirea efortului nostru de eliberare cu Persoana supremă, ca izvor a toată puterea și libertatea.”

Filocalia 6

[54]

„Să te păzești să primești Sfânta Împărtășanie, având ceva împotriva cuiva, fie chiar cea mai mică ispită a vreunui gând, până ce nu dobândești împăcarea cu fapta. Dar și aceasta o vei învăța din rugăciune.”

Simeon Evlaviosul



[55]

„Să te ostenești după putere în ascultarea ta. Iar în chilie să stăruiești și în rugăciune împreună cu pocăință și cu luare-aminte și cu lacrimi dese. Și să nu-ți pui în gând că azi te-ai ostenit cu prea multă prisosință și deci să scurtezi ceva din rugăciune din pricina ostenelii trupești. Căci îți spun ție că pe cât se silește cineva pe sine în ascultare, lipsindu-se de rugăciune, pe atât să socotească că a pierdut mai mult. Și de fapt așa este.”

Simeon Evlaviosul

[56]

„Mai mare este iubirea, decât rugăciunea [v. nota finală 56.1]. Să fim cu compătimire față de toți, neiubitori de slavă deșartă, neîndrăzneți, necertăreți, necerând ceva de la întâistătătorul, niscai slujbe sau altceva. Dă cinstire tuturor preoților. Să fii cu luare-aminte în rugăciune, într-o stare nemeșteșugită. Arată iubire față de toți. Nu te sârgui să ispitești și să cercetezi Scripturile pentru slavă. Căci te va învăța rugăciunea cea cu lacrimi și luminarea cea din har.”

Simeon Evlaviosul

[57]

„Rugăciunea [...] ne face îngeri.”

Nichita Stithatul



[58]

„Nimic nu face pe om așa de mult împreună-vorbitor cu Dumnezeu ca rugăciunea curată și nematerială [v. nota finală 58.1]. Pe cel ce se roagă cu gândul, ea îl știe unit fără împărtășire cu Cuvântul, atunci când sufletul și l-a spălat cu lacrimi și l-a îndulcit cu dulceața umilinței și l-a luminat cu lumina Duhului.”

Nichita Stithatul

[59]

„E bună și cantitatea în cântarea rugăciunilor, atunci când e stăpânită de stăruință și luare-aminte. Dar ceea ce dă viață sufletului este calitatea; aceasta pricinuieste și roada. Iar calitatea cântării și rugăciunii stă în a se ruga cineva cu duhul și cu mintea. Și se roagă cineva cu mintea când, rugându-se și cântând, privește la înțelesul ce se află în dumnezeiasca Scriptură și primește prin aceasta urcușuri de înțelesuri în inima sa, prin cugetări vrednice de Dumnezeu. Sufletul, fiind răpit de acestea în chip înțelegător în văzduhul luminii, e luminat și curățit tot mai mult și se ridică întreg spre ceruri, unde vede frumusețile bunătăților rânduite sfinților. Aprinzându-se de dorința acestora, îndată sloboade din ochi rodul rugăciunii și lacrimile încep să-i curgă sub lucrarea de lumină făcătoare a Duhului [v. nota finală 59.1]. Gustul acestora e atât de dulce, încât cel ce s-a făcut părtaș de



ele uită uneori și de hrana trupească. Acesta este rodul rugăciunii, care răsare în sufletele celor ce se roagă din calitatea gândită a cântării.”

Nichita Stithatul

[60]

„Unde se vede roada Duhului, acolo este și calitatea gândită a rugăciunii. Și unde e calitatea aceasta, acolo e foarte bună și cantitatea cântării. Iar unde nu se arată rodul, e seacă și calitatea. Și dacă aceasta este uscată, de prisos este și cantitatea, care deși înseamnă deprinderea trupului, totuși nu aduce celor mai mulți niciun câștig.”

Nichita Stithatul

[61]

„Rugăciunea, adunând din învrăjbirea prin patimi și legând între ele și cu sine cele trei părți ale sufletului, unește sufletul cu Dumnezeu, Cel în trei lpostasuri. Întâi șterge din suflet rușinea păcatului prin chipurile virtuții, apoi, zugerăvind iarăși frumusețea trăsăturilor dumnezeiești prin sfânta cunoștință dobândită în vremea ei, înfățișează sufletul lui Dumnezeu. Iar sufletul îndată cunoaște pe Făcătorul său. Căci « în ziua în care Te voi chema, iată am cunoscut că Dumnezeul meu ești



Tu » (Psalmii 55, 9). Dar e și cunoscut de Dumnezeu. Căci zice: « A cunoscut Domnul pe cei ce sunt ai Lui » (2 Timotei 2, 19). Cunoaște pe Dumnezeu pentru curăția chipului, căci tot chipul tinde spre model și e legat de el; și e cunoscut pentru asemănarea prin virtuți, căci prin aceasta are și cunoștința lui Dumnezeu și e cunoscut de Dumnezeu [v. nota finală 61.1].”

Teolipt, Mitropolitul Filadelfiei

[62]

„Cel ce se roagă să primească bunăvoința împărătească folosește trei căi: sau se roagă cu graiul, sau se înfățișează tăcând, sau se aruncă la picioarele celui ce poate să-l ajute. Rugăciunea curată, unind mintea, cuvântul și duhul cu sine, prin cuvânt cheamă numele lui Dumnezeu, prin minte se ațintește fără împrăștiere spre Dumnezeu cel chemat, iar prin duh îi arată umilința și dragostea, și așa câștigă mila Treimii fără început, a Tatălui, a Fiului și a Sfântului Duh, Dumnezeu cel unul. Precum felurimea mâncărilor trezește pofta după împărtășirea de ele, așa felurile virtuți trezesc sânguința minții. De aceea, pășind pe calea cugetării, alege cuvintele rugăciunii și le spune Domnului, strigând pururea și neslăbind, cerând stăruitor și nerușinându-te, ca văduva care a câștigat mila judecătorului neînduplecat. Făcând așa, umbli în duh, nu iei aminte la



poftele trupești, nu întrerupi rugăciunea neîncetată prin gânduri lumești și ești biserică a lui Dumnezeu, lăudând pe Dumnezeu în chip neîmprăștiat. Rugându-te astfel cu cugetarea, te învrednicești să treci și la amintirea lui Dumnezeu și să pătrunzi în cele ascunse ale minții și să privești prin vederi tainice pe Cel nevăzut și prin revărsări de cunoștință și de dragoste să liturghisești numai lui Dumnezeu.”

Teolipt, Mitropolitul Filadelfiei

[63]

„Puterea rugăciunii mintale, curate și îngerești este, după cuvântătorii de Dumnezeu, înțelepciune mișcată de Sfântul Duh. Semnul ei este ca mintea să se privească în vremea rugăciunii cu totul fără chip și să nu se vadă nici pe sine, nici altceva întru grosime, ci să se oprească adeseori și simțurile sub lumina ei. Căci mintea se face atunci nematerială și luminoasă, lipindu-se de Dumnezeu într-un chip negrăit, ca să fie un singur Duh cu El (1 Corinteni 6, 17).”

Sfântul Grigorie Sinaitul

[64]

„Nu numai credința, ci și rugăciunea care se lucrează și lucrează este har. Căci ea face arătată credința



adevărată, care are în sine viețuirea lui Iisus și care lucrează și e lucrată prin dragoste în Duh [v. nota finală 64.1].”

Sfântul Grigorie Sinaitul

[65]

„Cunoștința o aduce rugăciunea și multa liniște întru desăvârșita lipsă de griji, iar înțelepciunea o aduce cercetarea cuvintelor lui Dumnezeu, lipsită de slava deșartă, și, în primul rând, harul Dăruitorului Dumnezeu.”

Calist și Ignatie Xanthopol

[66]

„Teologia rațional-scolastică preferă rugăciunii speculația. Teologia aceasta e varietate și nestatornicie în gândire și mișcare liberă și arbitrară. Rugăciunea e stăruirea către fața lui Dumnezeu. Și numai cel ce are putere să se adâncească în experiența infinității Lui se simte bine, neplăcut. Teologia raționalist-scolastică e teoria omului care se consideră de sine; rugăciunea e trăirea micimii și păcătoșeniei sale în fața lui Dumnezeu. De aceea ea nu e teoretică, ci existențială. Așa e teologia de tip patristic, care se bazează pe experiența lui Dumnezeu în rugăciune.”

Sfântul Isaac Sirul

[67]

„Părinții numesc cântarea, armă; rugăciunea, zid;



Iacrima neprihănită, baie. Iar fericita ascultare au socotit-o mărturisire (mucenie), fără de care nimeni din cei împătimiți nu va vedea pe Domnul."

Sfântul Ioan Scărarul

[68]

„Luptă-te neîncetat cu cugetarea, adunând-o din împrăștierea ei spre tine însuși. Dumnezeu nu cere celor ascultători o rugăciune neîmprăștiată [v. nota finală 68.1]. De aceea nu te descuraja când ești furat (de vreun gând în rugăciune), ci încurajează-te adunându-ți mintea de fiecare dată, căci numai îngerul nu e furat."

Sfântul Ioan Scărarul

[69]

„Nu te poți ruga neîncetat când ești prea alipit de lucrurile lumii."

Sfântul Ioan Scărarul

[70]

„Rugăciunea noastră nu are puterea îndrăznirii, nici înariparea curăției pentru a intra la Domnul, dacă îngerii noștri călăuzitori nu se vor apropia de noi, ca să



*o ia pe aceasta și să o aducă Domnului
[v. nota finală 70.1].”*

Sfântul Ioan Scărarul

[71]

„Să luptăm înaintea de toate cu dracul întristării [v. nota finală 71.1]. Căci acesta, venind lângă noi în vremea rugăciunii și aducându-ne aminte de îndrăznirea noastră de mai înainte, voiește să ne oprim din rugăciune.”

Sfântul Ioan Scărarul

[72]

„În cugetarea mea, mai bine zis în pocăința mea, se va aprinde focul rugăciunii care mistuie materia păcatului (Psalmii 38, 4).”

Sfântul Ioan Scărarul

[73]

„Stăruie, plin de cutremur, în cererea rugăciunii, stând în fața Judecătorului ca un vinovat, ca să stingi cu înfățișarea din afară și cu starea dinlăuntru mânia Dreptului Judecător. Căci nu poate să treacă cu vederea sufletul văduvit, care stă plin de durere în fața Lui, și



*dăruiește osteneli celui neostenit [v. nota finală 73.1].
Celui ce a câștigat lacrima sufletului tot locul îi este
potrivit pentru rugăciune.”*

Sfântul Ioan Scărarul

[74]

*„Te vei cunoaște pe tine izbăvit de putreziciunea aceasta
(ținerea de mine a răului), nu când te vei ruga pentru
cel ce te-a supărat, nici când îl vei răsplăti cu daruri, nici
când îl vei aduce la masă, ci când, aflând că a căzut
într-o nenorocire sufletească sau trupească, vei suferi și
vei plânge ca pentru tine însuși.”*

Sfântul Ioan Scărarul

[75]

*„E mai greu să te rogi decât să lucrezi ceva în afară. De
aceea, mereu se scuză cel ce amână rugăciunea că e
încă ocupat cu ceva.”*

Filocalia 9

[76]

*„Cuptorul de foc probează aurul, iar starea la rugăciune,
sârguința și dragostea de Dumnezeu a călugărilor.”*

Sfântul Ioan Scărarul



[77]

*„Pregătirea mesei dă pe față pe cel lacom de mâncare
și lucrarea rugăciunii dă pe față pe cel iubitor de
Dumnezeu. Cel dintâi, văzând masa, zburdă, cel de al
doilea se întristează.”*

Sfântul Ioan Scărarul

[78]

*„Așteaptă după rugăciune în stare de veghe. Și atunci vei
vedea cârduri de draci. Fiindcă au fost războiți de noi,
după rugăciune încearcă să ne supere cu năluciri necu-
venite. Șezând, ia seama, și vei vedea pe cei obișnuiți să
prade pârga sufletului.”*

Sfântul Ioan Scărarul

[79]

*„Când stăm la rugăciune, se ridică și acele gânduri necu-
rate și de nespus. Dar, stăruiind în rugăciune, se retrag
îndată. Căci nu obișnuiesc să lupte cu cei ce se luptă.”*

Sfântul Ioan Scărarul

[80]

*„Cel ce a căzut stă la rugăciune lipsit de îndrăzneală, dar
plin de stăruința pe care i-o dă deznădejdea, care mai*



*are în Dumnezeu o singură nădejde: să ceară iertare
fără să se rușineze.”*

Filocalia 9

[81]

*„« Înfrânează-ți iușimea sufletului cu iubirea – zice
Sfântul Maxim –; vestejește pofta lui cu înfrânarea și
înaripează cugetarea lui cu rugăciunea; și lumina minții
nu se va întuneca niciodată ». Cel ce face astfel e în
dialog vădit cu Dumnezeu prin rugăciune, neatras de
poftă și mânie spre lucrurile mărginite ale lumii. Simțirea
prezenței lui Dumnezeu e o adevărată lumină în suflet.
Totul se umple de sens în lumina prezenței străvezii a lui
Dumnezeu, al Căruia apel la om se simte împreună cu
necesitatea omului de a răspunde la apelul Lui.”*

Filocalia 9

[82]

*„Înainte de toate să ne păzim toți conștiința noastră
în toate: în cele cu privire la Dumnezeu, la aproapele
și la lucruri. Și înainte de a spune sau a face ceva, să
cercetăm de e după voia lui Dumnezeu. Și apoi, după
ce ne-am rugat, să spunem și să lucrăm și să aruncăm
neputința noastră înaintea lui Dumnezeu. Iar bunătatea
Lui ne va veni în toate în ajutor.”*

Avva Dorotei



[83]

„Fără negrijă să nu cauți lumină în sufletul tău, nici pace și liniște în moleșeala simțirilor tale. Și de te îndeletnicești cu lucruri diferite, nu înmulți îndeletnicirile tale, ca să nu ți se împrăști mintea în rugăciunea ta. Căci fără rugăciunea neîncetată nu te poți apropia de Dumnezeu. Iar de dai minții tale o altă grijă după osteneala rugăciunii, îi pricinuiești împrăștierea în cugetare.”

Sfântul Isaac Sirul

[84]

„Și îndată el va veni, fără să-ți dai seama. Căci precum fața pământului se descoperă razelor soarelui de sub întunericul pâclei ce-l stăpânește, așa poate și rugăciunea să destrame și să risipească din suflet norii patimilor și să lumineze mintea cu lumina veseliei și a mângâierii. Această lumină se întinde de obicei și peste gândurile noastre, mai ales când primește putere din dumnezeieștile Scripturi și găsește mintea strălucind în priveghere. Căci îndeletnicirea continuă cu scrierile Sfinților umple sufletul de o lumină neînțeleasă și de veselia dumnezeiască.”

Sfântul Isaac Sirul



[85]

„Roagă-te în slăbiciune și simplitate, ca să viețuiești bine înaintea lui Dumnezeu și vei fi fără grijă. Căci precum urmează umbra, trupului, așa și mila urmează smeritei cugetări.”

Sfântul Isaac Sirul

[86]

„Dobândește curăția în faptele tale, ca să strălucească sufletul tău în rugăciunea ta și să se aprindă la amintirea morții bucuria în cugetul tău. Păzește-te de cele mici, ca să nu cazi în cele mari.”

Sfântul Isaac Sirul

[87]

„Cel ce s-a învrednicit să fie învățat de har pentru ce se împotrivesc nevoitorii somnului și silesc firea și-și înalță rugăciunile lor în fiecare noapte prin privegherea trupurilor și a gândurilor lor, acela cunoaște puterea ce se naște din paza de zi și ce ajutor dă ea minții în liniștea de noapte și ce stăpânire primește aceasta asupra gândurilor și ce curăție dobândește și cum i se hărăzește în chip nesilit și fără luptă roiul virtuților și cum îl face să înțeleagă, întru libertate, neamul cel bun al gândurilor.”

Sfântul Isaac Sirul



[88]

„Greu este tinereții să se supună jugului sfințeniei, fără nevoie. Începutul întunecării minții (când e văzut semnul ei în suflet) se arată întâi în lenevirea la slujire (liturghie) și la rugăciune. Altă cale de răătăcire a sufletului nu este, decât să cadă mai întâi de acolo (din slujire și rugăciune).”

Sfântul Isaac Sirul

[89]

„În timpul când cugetarea ta e împrăștiată, stăruie mai mult în rugăciune și în citire. Dar nu orice scriere e de folos. Iar mai mult decât faptele, iubește liniștea. Prețuiește citirea, de e cu puțință, mai mult decât starea în picioare. Căci aceasta este izvorul rugăciunii curate.”

Sfântul Isaac Sirul

[90]

„Buna rânduială a lucrării este lumina cugetului. Nu e altceva mai de preț decât cunoștința. Orice rugăciune ce o aduci noaptea să fie mai de preț în ochii tăi decât toate faptele de peste zi.”

Sfântul Isaac Sirul



[91]

„Rugăciunea are nevoie de multă deprindere, ca, prin timpul îndelungat petrecut în ea, cugetarea să se înțeleptească. Căci după neagonisirea care desface gândurile noastre din legături, rugăciunea cere stăruință. Pentru că din stăruirea în timp câștigă cugetarea deprindere și poate să alunge gândul de la ea și învață din multa cercare cele ce nu poate să le primească de la altul. Căci orice fel de viețuire la care s-a ajuns ia putere din felul de viețuire de dinainte de ea și cere cele dinaintea ei spre aflarea celor de după ea. Rugăciunea are înaintea ei retragerea. Și retragerea s-a făcut pentru rugăciune. Și rugăciunea însăși, pentru ca să dobândim dragostea de Dumnezeu. Căci în ea aflăm pricinile ca să iubim pe Dumnezeu.”

Sfântul Isaac Sirul

[92]

„Nu poate cugetarea să stăruie în smerenie fără pricini de pătimiri, dar nici în îndeletnicirea rugăciunii curate către Dumnezeu, fără smerita cugetare.”

Sfântul Isaac Sirul

[93]

*„Când te rogi, spune această: **Rugăciune:** «Doamne, învrednicește-mă să mă fac mort cu adevărat*



convorbirilor veacului acestuia.» Și să știi că ai adunat într-una toate comorile cerești. Nevoiește-te să împlinești lucrul acesta în tine. Căci de va urma lucrul acesta cererii, cu adevărat te afli liber în fața lui Hristos [v. nota finală 93.1]. Iar moartea lumii constă nu numai în a se depărta cineva de părtășia cu lucrurile ei, ci și în a nu mai dori vreuna din bunătățile ei în convorbirea cugetării lui.”

Sfântul Isaac Sirul

[94]

„Pâinea modestă de la masa celui curat curățește de orice patimă sufletul celui ce o mănâncă. Mirosul mesei celui lacom e răspândit de risipa de bucate și de prăjituri. Și cel fără de minte și neînțelept e atras de ea, ca un câine de măcelărie. Iar masa celui ce stăruie totdeauna în rugăciune e mai dulce ca orice miros de vițel și de mirodenii. Și iubitorul de Dumnezeu o dorește pe aceasta ca pe o comoară fără preț. Ia-ți leac de viață de la masa celor ce postesc, și priveghează, și se ostenesc în Domnul, și depărtează moartea de la sufletul tău.”

Sfântul Isaac Sirul

[95]

„Roagă-te să nu ajungi în ispite sufletești, dar pregătește-te cu toată puterea pentru încercările trupești.



Căci fără acestea nu poți înainta spre Dumnezeu. Pentru că în lăuntrul lor se află odihna dumnezeiască. Cel ce fuge de ispite fuge de virtute [v. nota finală 95.1]. Dar vorbind de ispite, nu vorbesc de cele ale poftelor, ci de cele ale necazurilor (de încercări) [v. nota finală 95.2]."

Sfântul Isaac Sirul

[96]

„Numai când slăbește trupul prin post și smerenie, sufletul se întărește în rugăciuni."

Sfântul Isaac Sirul

[97]

„Să nu ne lenevim în rugăciune și să nu pregetăm în a cere ajutor de la El. Și aceasta să o punem în cugetul nostru, ca atâta timp cât suntem în lume și lăsați în trup, chiar de ne vom înălța până la crugul (absida) cerurilor, nu trebuie să fim fără fapte și trudă și grijă. Prin aceasta vine desăvârșirea."

Sfântul Isaac Sirul

[98]

„Gândul la Dumnezeu, rugăciunea către El, se întâlnește totdeauna cu puterea lui Dumnezeu. Unde e prima, e și



ultima. Gândul și rugăciunea nu se referă la Dumnezeu de la distanță, ci intră în atingere cu puterea lui Dumnezeu și se penetrează de ea.”

Filocalia 10

[99]

„Precum nu se poate opri flacăra focului să urce în sus, așa nu pot fi împiedicate rugăciunile celor milostivi să urce la cer.”

Sfântul Isaac Sirul

[100]

„Rugăciunea celui ce ține minte răul e o sămânță aruncată pe piatră.”

Sfântul Isaac Sirul

[101]

„Dragostea este rodul rugăciunii, care călăuzește prin vederea ei mintea nesăturată în dorul ei, când aceasta stăruie în rugăciune și când omul se roagă în minte numai prin gânduri tăcute, pline de foc și cu căldură.”

Sfântul Isaac Sirul



[102]

„Rugăciunea este omorârea gândurilor voinței după viața trupului. Cel ce se roagă este întru totul deopotrivă cu cel ce a murit lumii. Și a se tăgădui cineva pe sine însuși este una cu a stăruî în rugăciune. Iar dragostea de Dumnezeu se află în tăgăduirea de sine a sufletului [v. nota finală 102.1].”

Sfântul Isaac Sirul

[103]

„Corăbierul privește spre stele când străbate prin mijlocul mării și-și îndreptează corabia după stele, până ce ajunge la liman. Călugărul caută spre rugăciune, pentru că aceasta îl călăuzește pe el și îi îndreptează călătoria lui spre limanul spre care se mișcă viețuirea lui în rugăciunea de fiecare ceas.”

Sfântul Isaac Sirul

[104]

„Norul acoperă soarele; cuvintele multe acoperă sufletul care a început să se lumineze în vederea (contemplarea) rugăciunii.”

Sfântul Isaac Sirul



[105]

„Să nu te apropii de cuvintele tainelor din dumnezeiasca Scriptură fără ajutorul lui Dumnezeu, primit prin rugăciune și cerere, ci spune: «Doamne, dă-mi să primesc simțirea puterii celei din ele» (Rugăciunea citirii). Socotește că cheia înțelesurilor adevărate din dumnezeieștile Scripturi e rugăciunea.”

Sfântul Isaac Sirul

[106]

„Viața curată și rugăciunea neîncetată, neîmprăștiată dă sfântului nu siguranța mândră, lipsită de vibrație, că cererea lui va fi împlinită, ci o nădejde puternică, nu goală de tensiunea continuă a cererii în nădejdea că va fi ascultat. E în rugăciune o luptă continuă plină de nădejde. Nu lipsește nici nădejdea, nici lupta.”

Filocalia 11

[107]

„Nimic nu cere Dumnezeu de la tine decât mulțumire și răbdare și rugăciune de iertare a păcatelor.”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[108]

„Mulțumește deci Lui în toate (cf. 1 Tesaloniceni 5, 18), căci mulțumirea înalță rugăciunea pentru neputința ta



la Dumnezeu. Dezbracă așadar pe omul cel vechi, care se strică împreună cu poftele amăgirii, și îmbracă pe cel nou, zidit după Dumnezeu (cf. Efeseni 4, 22-24). Și bucură-te în Domnul, veselindu-te împreună cu sfinții Lui ce se veselesc pururea.”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[109]

„De afli milă, o afli prin rugăciunile sfinților.”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[110]

„Ne rugăm și pentru cel prin care ne vine ispita diavolului, pentru că e slab și de aceea a primit să se facă unealta aceluia. Rugăciunea noastră îl va întări, căci va simți prin noi iubirea lui Dumnezeu față de el. Pentru că iubirea lui Dumnezeu arătată prin noi ne face să ne comportăm cu iubire față de el, să vorbim bine de el altora și el va lua cunoștință de aceasta.”

Filocalia 11

[111]

„E bine să i se spună celui ce poate să audă (să înțeleagă) despre nălucirile din vremea nopții, dar nu



celor mai tineri. Și, la fel, să i se pună metanie și să i se ceară să se roage pentru noi. Căci e un cuvânt al Scripturii: « Mărturișiți-vă unii altora păcatele și rugați-vă unii pentru alții, ca să vă vindecați » (Iacov 5, 16). ”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[112]

„Nu va trece Dumnezeu cu vederea osteneala nevoinței Părinților noștri celor adormiți și a celor încă vii, ci va zice: «Cruța-voi locul acesta pentru Mine și pentru cei ce Mi-au slujit Mie din inimă în el». Căci eu cred fără să mă îndoiesc că în acest loc sunt unii care pot să câștige îndurarea lui Dumnezeu pentru zecile de mii de oameni, și nu sunt respinși. Domnul va face voia lor, care cer ca ochii Lui să fie peste locul acesta (cf. 3 Regi 8, 29). Căci rugăciunile lor se suie la El ca niște fulgere ce luminează asemenea razelor soarelui și de ele se veselește Tatăl, și se bucură Fiul, și are plăcere Duhul Sfânt.”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[113]

„Nu cere Dumnezeu de la cel bolnav o slujire trupească, ci una duhovnicească, adică rugăciunea, căci zice: « Rugați-vă neîncetat » (1 Tesaloniceni 5, 17). ”

Sfinții Varsanufie și Ioan



[114]

„Conlucrează în mod activ silința omului, Dumnezeu și rugăciunile sfinților. Toate se adună spre mântuirea fiecăruia.”

Filocalia 11

[115]

„Într-o mănăstire urcă, împletite în mod continuu, rugăciunile viețuitorilor spre Dumnezeu. Aceasta îl face pe fiecare prezent în ea în mod deosebit. Rugăciunea aceasta a tuturor îi unește pe toți întreolaltă și cu Dumnezeu. Aici sobornicitatea Bisericii e înfăptuită într-un mod deosebit de accentuat. Și în ea are loc nu numai o unire a viețuitorilor din ea, ci și a lor cu sfinții și cu toți cei vii din lume, pomeniți în rugăciunile lor. Un loc asemănător este și locașul oricărei biserici, unde se fac des rugăciuni în comun și se pomenesc sfinții, morții, și rudeniile și cunoscuții celor din biserică. Rugăciunea ta, intrând în acest puternic curent suitor al rugăciunii comune, e dusă și ea la Dumnezeu de către el.”

Filocalia 11

[116]

„Numai după ce patima e slăbită prin multă rugăciune, mișcarea ei poate fi înfrânată de omul însuși.”

Filocalia 11



[117]

„Rugăciunea e și dorință. Ca atare, e îndreptată spre viitor și, în ultima analiză, spre viitorul eshatologic, spre împlinirea desăvârșită a omului. În esență, de la Dumnezeu cerem mântuire, iar mântuirea e fericirea veșnică de după sfârșitul timpului.”

Filocalia 11

[118]

„Rugăciunea este lumină. Și fiecare creștin trebuie să se roage înainte de a face ceva, dar mai ales preotul lui Dumnezeu.”

Sfinții Varsanufie și Ioan

[119]

„Silește-te să faci multe rugăciuni, căci rugăciunea este lumină sufletului tău [v. nota finală 119.1].”

Cuviosul Isaia Pustnicul

[120]

„Dată, să nu te mândrești. Căci, în acest caz, demonii le mișcă iarăși împotriva ta. Tu stai apărat în cetatea ta, care este rugăciunea sau gândul la Dumnezeu.”

Filocalia 12



[121]

„Ce este rugăciunea din Evanghelie: «Sfințească-se numele Tău»? (Matei 6, 9). Și a spus: «Ea este a celor desăvârșiți, fiindcă este cu neputință să se sfințească numele lui Dumnezeu în noi, cât timp suntem încă stăpâniți de patimi».”

Cuviosul Isaia Pustnicul

[122]

„Se recomandă monahului să nu se împace în timpul rugăciunii sale nici măcar cu gânduri care, deși nu trec în fapte, nu se referă la Dumnezeu, socotind că nu sunt păcate. Să socotească păcate nu numai aceste gânduri, ci și rugăciunea sa unită cu tăcerea despre aceste gânduri.”

Filocalia 12

[123]

„A te ruga pentru cei ce, făcându-ți rău, te-au ajutat să te mântuiești imitând pe Hristos, e suprema treaptă a iertării.”

Filocalia 12

[124]

„Nu te ruga nepăsător și fără grijă. Căci, în loc să plăci lui Dumnezeu, Îl vei face să se mânie. Ci stai cu frică și



*cu cutremur și nu te rezema de pereți, nici nu te moleși
la picioare, ca pe unul să stai, iar pe celălalt să-l întinzi.
Împotrivește-te gândurilor tale și să nu le îngădui să se
îngrijească de cele trupești, ca să-ți fie bineprimită de
Dumnezeu rugăciunea.”*

Cuviosul Isaia Pustnicul

[125]

*„Gândurile te mână la activități exterioare, nu te lasă să
stăruiești în rugăciune, ca unică gândire la Dumnezeu. De
asemenea, vrei să-ți arăți voia prin fapte exterioare, pe
când în rugăciune nu mai ții să-ți arăți voia proprie.”*

Filocalia 12

[126]

*„Când mă rog cu limba, trebuie să mă rog și cu duhul.
Dar atunci mă rog și cu mintea. Însă mintea,
rugându-se, nu produce gânduri proprii, rămâne nerodi-
toare de asemenea gânduri; se dăruiește
și ea lui Dumnezeu.”*

Filocalia 12

NOTE FINALE*

[1] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 282.

[2] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 286.

[3] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 289.

[4] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 291.

[5] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 304. **5.1.** Adică nu-și poate liniști cineva mintea dacă nu-și liniștește și trupul; de asemenea, nu se poate străbate de la viața după trup la cea în duh fără liniștire și rugăciune. *Nota traducătorului.*

* NOTELE FINALE ilustrează locurile de unde au fost extrase maximele și cugetările din Partea a II-a a volumului, precum și observațiile infrapaginale ale traducătorului, după cum au fost inserate în textul filocalic, pe care le-am păstrat spre folosul cititorilor. Pentru selecția textelor filocalice regăsite în Colecția „Comorile Filocaliei” a fost folosită ediția jubiliară a Filocaliei, vol. 1-12, traduceri, introduceri și note de Pr. prof. dr. Dumitru Stăniloae, Ed. IBMO, București, 2017.



- [6] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 304.
- [7] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 312.
- [8] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 317.
- [9] Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia* 1, p. 322.
- [10] Diadoh al Foticeii, *Filocalia* 1, p. 407.
- [11] Diadoh al Foticeii, *Filocalia* 1, p. 407.
- [12] Diadoh al Foticeii, *Filocalia* 1, pp. 437-438.
- [13] Isaia Pustnicul, *Filocalia* 1, p. 479.
- [14] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 39.
- [15] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, pp. 40-41.
- [16] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 72.
- [17] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 80.
- [18] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 82. **18.1.** Înțelesul simplu al lucrului (ψιλὸν νόημα) înseamnă, după Sfântul Maxim, desfacerea acestui înțeles de orice gând pătimăș. *Nota traducătorului.*
- [19] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 97.
- [20] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 97.
- [21] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 98.



[22] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, p. 145.

[23] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 2, pp. 164-165. **23.1.** Trei trepte: începătorii tac; progreseții ascultă, fiind numai urechi; desăvârșii strigă către Dumnezeu cu îndrăzneală. *Nota traducătorului.*

[24] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 3, pp. 122-123. **24.1.** Rugăciunea, însoțind pe om pe toate treptele urcușului duhovnicesc, până la unirea cu Dumnezeu, se deosebește cu fiecare stare a omului. Rugăciunea ca tăcere tainică este rugăciunea curată. *Nota traducătorului.*

[25] Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia* 3, p. 347.

[26] Talasie Libianul, *Filocalia* 4, p. 13.

[27] Talasie Libianul, *Filocalia* 4, p. 14.

[28] Talasie Libianul, *Filocalia* 4, p. 16.

[29] Talasie Libianul, *Filocalia* 4, p. 38.

[30] Isihie Sinaitul, *Filocalia* 4, p. 58.

[31] Isihie Sinaitul, *Filocalia* 4, p. 73.

[32] Ioan Carpatinul, *Filocalia* 4, p. 154.

[33] Ioan Carpatinul, *Filocalia* 4, p. 158.

[34] Ioan Carpatinul, *Filocalia* 4, p. 159.



- [35] Awa Filimon, *Filocalia* 4, p. 192.
- [36] Teodor al Edessei, *Filocalia* 4, p. 268.
- [37] Teognost, *Filocalia* 4, p. 290.
- [38] Teognost, *Filocalia* 4, p. 314.
- [39] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 332.
- [40] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 332.
- [41] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 352.
- [42] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 352.
- [43] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 352.
- [44] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 353.
- [45] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 355.
- [46] Sfântul Ilie Ecdicul, *Filocalia* 4, p. 356.
- [47] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, p. 134.
- [48] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, p. 160.
- [49] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, p. 162.
- [50] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, pp. 174-175.
- [51] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, pp. 183-184.
- [52] Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia* 5, p. 185.
- [53] *Filocalia* 6, nota 50, p. 43.



[54] Simeon Evlaviosul, *Filocalia* 6, p. 118.

[55] Simeon Evlaviosul, *Filocalia* 6, p. 119.

[56] Simeon Evlaviosul, *Filocalia* 6, pp. 124-125.

56.1. Această afirmare a priorității iubirii anulează orice acuză că monahii ar disprețui datoria față de oameni, retrăgându-se în contemplație. „Înstrăinarea” înseamnă pentru ei numai lipsa vreunui interes personal și a vreunei pasiuni în iubirea lor de oameni. *Nota traducătorului.*

[57] Nichita Stithatul, *Filocalia* 6, p. 313.

[58] Nichita Stithatul, *Filocalia* 6, pp. 325-326. **58.1.** E rugăciunea fără gânduri și chipuri împrumutate de la lucruri. Această rugăciune nu mai are nimic care să se intercaleze între minte și Dumnezeu, care să întrerupă dialogul ei cu El, care să facă mintea să se mărginească după chipul lucrurilor și să nu mai vadă prin indefinitul ei infinitatea dumnezeiască. *Nota traducătorului.*

[59] Nichita Stithatul, *Filocalia* 6, pp. 326-327. **59.1.** Cunoașterea cea mai înaltă de Dumnezeu și lacrimile fac casă bună. Căci e o cunoaștere prin „vedere” a bunătăților iubirii lui Dumnezeu ce ne așteaptă sau ni se dăruiesc în parte încă de acum. Mai bine zis, e o cunoaștere și o simțire a iubirii nesfârșite a lui Dumnezeu, care nu se poate să nu stoarcă lacrimi. Iar această cunoaștere prin vedere și prin trăire are loc



în starea rugăciunii mintale sau înțeleghătoare, a rugăciunii care reprezintă starea de dialog direct a minții cu Dumnezeu, de adunare a minții în indefinitul ei în fața infinității iubirii lui Dumnezeu. Ca și Sfântul Simeon, dascălul său, Nichita unește strâns lumina Duhului, sau vederea nesfârșitului dumnezeiesc, cu lacrimile, și pe amândouă cu rugăciunea, ca nemijlocită convorbire a sufletului cu Dumnezeu cel preadulce în manifestarea iubirii Lui nesfârșite. *Nota traducătorului.*

[60] Nichita Stithatul, *Filocalia* 6, p. 327.

[61] Teolipt, Mitropolitul Filadelfiei, *Filocalia* 7, pp. 72-73. **61.1.** Rugăciunea unifică cele trei puteri ale sufletului sfâșiate prin patimi. Ea nu e numai a minții, sau numai a rațiunii care definește în înțelesuri intuiția totală a prezenței lui Dumnezeu, proprie minții, sau numai a inimii care trăiește cu simțirea această prezență. Având un caracter complex, rugăciunea e singurul mijloc de unificare a sufletului. Și numai astfel unificat și devenit capabil să trăiască realitatea de bogăție complexă a lui Dumnezeu, sufletul poate sesiza prezența lui Dumnezeu și se poate uni cu El. Sau invers: rugăciunea are puterea să unifice sufletul pentru că se unește cu Dumnezeu cel atotcomplex, dar Unul în această bogăție complexă, cu Dumnezeu care e o unitate întreită: Mintea, Logosul și Duhul vieții, sau Tatăl, Fiul (Cuvântul) în Care Tatăl sau Mintea Se



revelează, și Duhul Sfânt, în Care Tatăl și Fiul Se unesc în iubire. Sufletul se unește cu Dumnezeu prin rugăciune, fără să părăsească complexitatea lui, întrucât în el se imprimă complexitatea unitară a lui Dumnezeu. Iar această imprimare se face prin rugăciune, când sufletul se apropie la maximum de Dumnezeu și se deschide Lui. Rugăciunea este astfel o comunicare vie între suflet și Dumnezeu și viceversa. Prin ea vin în suflet și se imprimă și virtuțile care își au originea în bunătatea iradiantă a lui Dumnezeu. Și tot prin ea vine în suflet cunoștința de Dumnezeu, experiat în diferite grade de intensitate. Căci prin rugăciune vede și simte sufletul pe Dumnezeu în bogăția Lui spirituală și vie. Iar cunoștința e din amândouă părțile. Căci prin rugăciune se înfăptuiește o mișcare atât din partea sufletului spre Dumnezeu, cât și din partea lui Dumnezeu spre suflet, dat fiind că nici sufletul, nici Dumnezeu nu sunt obiect, ci fiecare se mișcă în libertate și cu mare interes spre celălalt. Sufletul cunoaște pe Dumnezeu prin rugăciune, întrucât prin ea se activează relația lui, ca fiind chip al lui Dumnezeu, cu modelul său. Dar și Dumnezeu cunoaște sufletul, întrucât acesta s-a deschis prin virtuți, și în mod culminant prin rugăciune, lui Dumnezeu, întrucât Dumnezeu Însuși S-a imprimat, iradiind în suflet, prin virtuți și prin rugăciune. Propriu-zis, virtuțile ca deschideri statornicite, dar mereu în acțiune, prin fapte și prin rugăciune,



animate de pomenirea lui Dumnezeu, sunt atât chipuri de cunoaștere a lui Dumnezeu de către suflet, cât și de cunoaștere a sufletului de către Dumnezeu, fiind mereu și tot mai mult deschis lui Dumnezeu.

[62] Teolipt, Mitropolitul Filadelfiei, *Filocalia* 7, pp. 74-75. *Nota traducătorului.*

[63] Sfântul Grigorie Sinaitul, *Filocalia* 7, p. 165.

[64] Sfântul Grigorie Sinaitul, *Filocalia* 7, p. 168. **64.1.** Cuvântul grecesc *ἐνεργουμένη* are și înțeles pasiv, și înțeles activ. De fapt, rugăciunea aceasta e și lucretă de om, dar și lucrează ca putere a Duhului, nefiind produsă numai de om. Ca una ce lucrează are și o mare eficacitate transformatoare asupra sufletului. E ceva analog cu credința cu care stă în strânsă legătură. *Nota traducătorului.*

[65] Calist și Ignatie Xanthopol, *Filocalia* 8, p. 178.

[66] Sfântul Isaac, *Filocalia* 8, notele 308-309, pp. 179-180.

[67] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 106.

[68] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 147. **68.1.** Nu trebuie să așteptăm să ne rugăm numai când avem mintea adunată, ci să luptăm să adunăm mintea prin rugăciune. *Nota traducătorului.*



[69] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 161.

[70] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 173. **70.1.** De aceea avem totdeauna nevoie de rugăciunea altora, care, ca mijlocitori, sunt tot atâția „îngeri” pentru noi, mai ales când sunt mai curați ca noi, deși nu suntem scutiți de rugăciunile noastre. Mijlocitorii numai duc rugăciunile noastre mai aproape de Dumnezeu, adăugând și simțirea lor la ele, nu le înlocuiesc. Cei deveniți ca pietrele, adică simple obiecte fără simțire, nu se mântuiesc nici prin rugăciunea altora. În mod deosebit ne ajută lucrarea de mijlocire a preoților, având concentrată în ea lucrarea întregii comunități a Bisericii, în care cu siguranță sunt mulți mai buni ca noi. *Nota traducătorului.*

[71] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 183. **71.1.** Dracul întristării ne șoptește în vremea rugăciunii, dacă întrerupem firul ei prin goluri, că nu simțim în ea îndrăznirea către Dumnezeu sau legătura vie cu El, pe care am avut-o altădată. Și aceasta ne face să ne întristăm și să încetăm a ne ruga, ca unii ce n-am fi acum în starea cuvenită a ei. Dar trebuie să stăruim în rugăciune, chiar dacă ea nu e totdeauna fierbinte și adunată în întregime în gândul la Dumnezeu. „Fii cu luare-aminte, frate, la dracul ce aduce întristare în om. Căci multe sunt cursele lui până ce te face neputincios. Căci întristarea cea după Dumnezeu e



bucurie, prin aceea că te vezi pe tine stăruind în voia lui Dumnezeu. Dar acela îți zice: «Unde vei scăpa? Căci nu ai pocăință». Aceasta lucrează cu dușmănie, până ce va face pe om să-și piardă înfrânarea. Dar întristarea cea după Dumnezeu nu-l apasă pe om, ci-i zice: «Nu te teme, vino iarăși». Căci știe că Dumnezeu e puternic și-l întărește pe el. Puterea celor ce voiesc să dobândească virtuțile aceasta este ca, dacă vor cădea, să nu se descurajeze, ci să fie iarăși cu grijă.” Alta: „Este o întristare folositoare și este o întristare pricinuitoare de stricăciune. E propriu întristării folositoare să plângă pentru păcatele proprii, ba să plângă și pentru păcatele și pentru neștiința aproapelui; atât pentru a nu cădea cu intenție, cât și ca să ajungă la cea mai desăvârșită bunătate. Iar cei lumești se întristează pentru că nu sunt slăviți și se topesc dorind cele ale altora. Când sunt săraci, se chinuiesc; îmbogățindu-se, înnebunesc”. *Nota traducătorului.*

[72] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 187.

[73] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, pp. 200-201.
73.1. Sufletul, în grecește, este de genul feminin (*ψυχή*). Sufletul ce se pocăiește cere neîncetat iertare Judecătorului, cum cere văduva din Evanghelie (*Luca* 18, 3). El nu se ostenește cerând neconținut iertare de la Cel ce nu Se ostenește (nu se plictisește) de a-l auzi. Lui Dumnezeu îi face plăcere ca acest dialog de intensă



simțire a sufletului cu El să dureze neîncetat. Starea dinlăuntru a sufletului ce se pocăiește este „starea de rugăciune, luarea-aminte cu evlavie, cu străpungere și cu durere, însoțită de mărturisirea greșalelor, făcută cu suspine negrăite”. Alta: „Dar nu poate sufletul legat să alerge, nici mintea robită patimilor să vadă locul rugăciunii duhovnicești. Căci e atrasă și purtată de înțelesuri pătimase și nu stă neclintită”. De aceea, nu se poate adânci în infinitatea dumnezeiască. Alta, a lui Marcu: „Rugăciunea este lepădarea gândurilor (a înțelesurilor)”. *Nota traducătorului.*

[74] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, pp. 234-235.

[75] *Filocalia* 9, nota 398, p. 247.

[76] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 304.

[77] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 306.

[78] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 308.

[79] Sfântul Ioan Scărarul, *Filocalia* 9, p. 334.

[80] *Filocalia* 9, nota 636, p. 358.

[81] *Filocalia* 9, nota 1001, p. 526.

[82] Ava Dorotei, *Filocalia* 9, p. 731.

[83] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 96.

[84] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 99.



[85] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 119.

[86] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 147.

[87] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 186.

[88] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, pp. 193-194.

[89] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 218.

[90] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 219.

[91] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, pp. 229-230.

[92] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 237.

[93] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 243. **93.1.** Cel ce e mort lumii e liber în fața lui Hristos și prin El. Nimic din lume nu-l mai robește ca să nu fie liber în fața lui Hristos. *Nota traducătorului.*

[94] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, pp. 265-266.

[95] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 272. **95.1.** Pentru că cel ce fuge de ispite, fuge de lupta cu ele, prin care se dobândește virtutea. **95.2.** În grecește este același cuvânt pentru „ispitele” din partea poftelor și pentru „încercările” prin necazuri (πειρασμοί). *Notele traducătorului.*

[96] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 290.

[97] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 308.



- [98] *Filocalia* 10, nota 304, p. 312.
- [99] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 349.
- [100] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 353.
- [101] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 411.
- [102] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 411. **102.1.** Tăgăduirea de sine, rugăciunea și dragostea de Dumnezeu sunt unite într-un întreg. *Nota traducătorului.*
- [103] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, pp. 430-431.
- [104] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 432.
- [105] Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia* 10, p. 433.
- [106] *Filocalia* 11, nota 15, pp. 51-52.
- [107] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, pp. 138-139.
- [108] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 145.
- [109] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 159.
- [110] *Filocalia* 11, nota 180, p. 179.
- [111] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 262.
- [112] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 275.
- [113] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 312.
- [114] *Filocalia* 11, nota 466, p. 383.



[115] *Filocalia* 11, nota 467, pp. 383-384.

[116] *Filocalia* 11, nota 513, p. 416.

[117] *Filocalia* 11, nota 966, pp. 801-802.

[118] Sfinții Varsanufie și Ioan, *Filocalia* 11, p. 873.

[119] Cuviosul Isaia Pustnicul, *Filocalia* 12, pp. 71-72.

119.1. Rugăciunea este lumina sufletului, deschizându-i cărarea spre Hristos ca model pentru nejudicarea altora, scăpându-te de închiderea în egoismul mândriei tale. *Nota traducătorului.*

[120] *Filocalia* 12, nota 45, p. 81.

[121] Cuviosul Isaia Pustnicul, *Filocalia* 12, pp. 290-291.

[122] *Filocalia* 12, nota 438, pp. 292-293.

[123] *Filocalia* 12, nota 444, pp. 296-297.

[124] Cuviosul Isaia Pustnicul, *Filocalia* 12, p. 329.

[125] *Filocalia* 12, nota 16, p. 343.

[126] *Filocalia* 12, nota 30, p. 356.

ADDENDA

MICUL CATEHISM ORTODOX

*De câte feluri este rugăciunea?**

Dacă ținem seama de persoana care săvârșește rugăciunea, de numărul persoanelor care iau parte la ea, de locul unde se face și timpul de când se săvârșește, atunci deosebim două feluri de rugăciune: ***rugăciunea particulară*** și ***rugăciunea Bisericii***, sau, cu alte cuvinte, cultul particular și cultul divin public.

* MICUL CATEHISM ORTODOX explică, sub forma unor răspunsuri concise și avizate, ***învățătura de credință ortodoxă despre Rugăciune***. Textele au fost extrase din volumul ***Învățătură de credință creștină ortodoxă***, publicat cu aprobarea Sfântului Sinod al Bisericii Ortodoxe Române și cu binecuvântarea Preafericitului Părinte Patriarh Daniel, Ed. IBMO, București, 2015, pp. 237-262; 283-286. [n.ed.]



Ce este rugăciunea particulară?

Rugăciunea particulară este cea făcută de fiecare credincios singur, sau împreună cu ai săi, sau cu alți credincioși, în orice loc, în orice timp și citită sau spusă pe de rost, după alcătuirea gata făcută, dintr-o carte de rugăciuni, sau chiar scoasă din taina inimii sale.

O astfel de rugăciune este cea făcută de Mântuitorul pe calea dintre Betania și Ierusalim [*Luca* 11, 1]; cea făcută de Sfântul Apostol Petru pe acoperișul casei din Iope [*Faptele Apostolilor* 10, 9]; cea făcută de vameș în templu [*Luca* 18, 13]; cea făcută de Sfinții Apostoli Pavel și Sila în temniță [*Faptele Apostolilor* 16, 25] și altele.

Ce este rugăciunea?

Rugăciunea este ridicarea minții și voii noastre către Dumnezeu¹. Evagrie Monahul zice că „rugăciunea este vorbirea minții cu Dumnezeu”². De aceea, se cuvine ca atunci când stăm de vorbă cu Dumnezeu, adică atunci când stăm la rugăciune, să alungăm din gândul nostru orice grijă și să îndreptăm toate puterile duhului nostru

¹ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 80; Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, 3, 24, trad. rom., p. 223.

² EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 2, p. 57.



numai la Dumnezeu. Adică, cugetul să gândească la El, ținerea de minte [memoria] să uite toate cele pământești, iar inima, vorbind cu El, să salte de bucurie și de dragoste. Căci „cel ce iubește pe Dumnezeu de-a pururi stă de vorbă cu Dânsul cum ar sta cu un tată, alungând orice gând pătimăș”³. Nu înseamnă rugăciune numai a cugeta la Dumnezeu; că și demonii cugetă la Dumnezeu, dar de rugat nu se roagă.

Pentru ce este însoțită rugăciunea de unele semne văzute, precum semnul Sfintei Cruci, starea în genunchi, facerea de metanii, ridicarea mâinilor și altele?

În timpul rugăciunii ne închinăm, făcând semnul Sfintei Cruci, facem metanii, stăm în genunchi și altele, spre a spori evlavia noastră lăuntrică și a o face văzută.

Cum facem semnul Sfintei Cruci și ce zicem când îl facem?

Semnul Sfintei Cruci se face astfel: îndoim înăuntru și lipim de podul palmei drepte degetul mic și inelarul,

³ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 2, p. 54.



apoi împreună la un loc vârfurile degetelor gros, arătător și mijlociu de la aceeași mână și cu ele astfel împreunate ne însemnăm pe frunte, pe piept, pe umărul drept și pe umărul stâng.

Orice rugăciune se începe cu rostirea: „În numele Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh, Amin”, însoțită de semnul Sfintei Cruci. Astfel, când zicem: „În numele Tatălui...”, ne însemnăm pe frunte; când zicem: „Și al Fiului” ne însemnăm pe piept; când zicem: „Și al Sfântului Duh”, ne însemnăm pe umărul drept întâi și apoi pe cel stâng; și încheiem zicând: „Amin”.

Însemnarea cu semnul Crucii este o deprindere creștinească foarte veche, chiar din timpul Sfinților Apostoli. Facem semnul Crucii însoțind orice rugăciune rostită cu glas tare sau în gând și când trecem pe lângă biserică, pe lângă troiță; când începem și când sfârșim un lucru, ori, cum spune Tertulian [† 240]: „La fiecare pas și la fiecare faptă ne însemnăm [...] cu semnul Sfintei Crucii”⁴.

Când facem semnul Sfintei Crucii, să cugetăm la mărirea Celui Preaînalt, în numele Căruia îl facem. Drept aceea, să nu facem semnul Sfintei Crucii în grabă, oricât de mult am fi zoriți de treburi. După felul cum facem Crucea, ceilalți oameni văd cam ce loc are în inima noastră Dumnezeu.

⁴ TERTULIAN, *De corona militis*, 3, PL 2, 99.



Când ne însemnăm cu Sfânta Cruce, facem oare și o mărturisire de credință?

Fără îndoială. Făcând semnul Sfintei Cruci, mărturisim credința în Domnul și Mântuitorul nostru Iisus Hristos, Cel răstignit pe Cruce, și credința într-un Dumnezeu în trei Ipostasuri⁵.

Într-adevăr, când facem semnul Sfintei Cruci, rostind numele celor trei Ipostasuri [Persoane]: Tatăl, Fiul și Sfântul Duh, mărturisim un singur Dumnezeu în trei fețe dumnezeiești; iar semnul Crucii ne aduce aminte că Fiul lui Dumnezeu, făcut om, ne-a mântuit răstignindu-Se pe Cruce. Așadar, semnul Sfintei Cruci este o învățătură pe scurt a credinței creștine. Biserica cinstește cu multă evlavie Sfânta Cruce: trei zile pe an [14 septembrie, duminica a treia din Păresimi și 1 august] sunt închinare cinstirii Sfintei Cruci. Crucea, făurită din lemn sau din metal, frumos lucrată și împodobită, nu lipsește de pe nicio Sfântă Masă, din nicio biserică de pe care se slujește Sfânta Liturghie. De asemenea, nu lipsește niciodată de pe creștetul turlilor bisericilor și al clopotnițelor; iar în cimitirele noastre, cei răposați așteaptă învierea morților sub

⁵ PSEUDO-DIONISIE AREOPAGITUL, *Ierarhia bisericească*, cap. IV, 3, p. 135, trad. de Pr. Cicerone Iordăchescu, Iași, 1932.



ocrotirea Sfintei Cruci. Vasele și odăjdile sfințite ale bisericilor sunt împodobite cu cruci; multe biserici sunt zidite în chipul crucii, iar cărțile bisericești sunt pline de tot felul de cântări în cinstea Sfintei Cruci. În multe locuri crucea este așezată la fântânile cu apă de băut și la răspântiile drumurilor. În sfârșit, și fapt foarte însemnat: a doua venire a Mântuitorului, când va veni să judece viii și morții, va fi prevestită prin arătarea „semnului Fiului Omului pe cer” [Matei 24, 30], adică a Crucii⁶.

Ce dobândim când ne facem semnul Sfintei Cruci?

Însemnându-ne cu semnul Sfintei Cruci dobândim binecuvântarea lui Dumnezeu, fiindcă ea a surpat peretele cel din mijloc al vrajbei dintre Dumnezeu și om [Efeseni 2, 16]; ea ne ocrotește împotriva bântuierilor necuratului⁷, ca și împotriva multor rele sufletești și trupești⁸.

Semnul Sfintei Cruci este prin el însuși o binecuvântare dumnezeiască, iar „binecuvântarea este împărtășirea

⁶ Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, trad. rom., p. 257.

⁷ Sf. CHIRIL AL IERUSALIMULUI, *Cateheza XIII*, 36, p. 352 și IV, 13, p. 115.

⁸ Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, trad. rom., p. 256.



de sfințenie, care alungă relele și aduce binele”, spune canonul 27 al Sfântului Vasile cel Mare.

1] Crucea ocrotește de relele trupești. Semnul Crucii a cruțat de nimicire pe cei întâi născuți ai Israelului, fiindcă semnul făcut pe stâlpii și pe pragurile ușilor, pe lângă care îngerul morții a trecut fără să bată [*Ieșirea* 12, 7, 27], închipuia semnul Crucii⁹. Semnul Crucii era semnul care vindeca pe cei mușcați de șerpi, fiindcă șarpele de aramă ridicat în pustie de Moise, care salva pe oameni numai dacă se uitau la el [*Numerii* 21], preînchipuia semnul Sfintei Cruci [*Ioan* 3, 14].

2] Crucea alungă diavolii. Precum câinele fuge de bățul cu care a fost lovit, tot așa și dracul fuge de crucea care îi amintește că prin ea a fost biruit¹⁰. „Crucea, zice Sfântul Ioan Damaschin, este pavăză, armă și semn de biruință asupra diavolului”¹¹; iar Biserica noastră cântă: „Doamne, armă asupra diavolului crucea Ta o ai dat nouă, că se îngrozește și se cutremură, necutetzând a căuta spre puterea ei [...]”¹².

3] Semnul Sfintei Cruci, închipuind însăși Crucea lui Hristos, ocrotește de uneltirile necuratului. Prin

⁹ Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, trad. rom., p. 258.

¹⁰ Sf. CHIRIL AL IERUSALIMULUI, *Cateheza XIII*, 3, p. 312.

¹¹ Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, trad. rom., p. 256.

¹² *Octoihul*, Fericitirile din Duminica Sfintei Cruci, Glas 8. Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia 45 la Matei*, 4, trad. fr., vol. VII, p. 424.



acest semn s-au eliberat creștinii de sub stăpânirea păgână. În anul 312 împăratul Constantin cel Mare a văzut pe cer o cruce luminoasă, pe care era scris: „În acest semn vei învinge!”. Atunci el, punând acest semn pe steagurile și veșmintele oastei sale, a ieșit biruitor din lupta cu Maxențiu. Rostirea „În acest semn învingem!”, se potrivește foarte bine și semnului Crucii cu care noi ne închinăm; căci singură pomenirea Crucii lui Hristos pune pe fugă pe vrăjmașii nevăzuți și ne întărește împotriva uneltirilor lor. „Niciun duh necurat nu va îndrăzni să se apropie de voi, văzând pe fața voastră armele care l-au doborât, această sabie sclipitoare a cărei lovitură de moarte au primit-o”¹³. Mulți sfinți obișnuiau să alunge gândurile rele din cugetul lor făcând numaidecât semnul Crucii și tot cu semnul Crucii dărau creștinii idolii și capiștile lor, în timpul prigoanelor.

Când trebuie să facem semnul Sfintei Crucii?

Putem face semnul Crucii oricând, dar mai ales înainte și după rugăciune, la culcare și la sculare, înainte și după masă, la intrarea și ieșirea din casă, înainte de

¹³ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia 45 la Matei*, 4, trad. fr., vol. VII, p. 424.



începerea și după încetarea oricărui lucru și mai ales când ispita dă năvală asupra noastră; într-un cuvânt, în toate împrejurările¹⁴.

Facem semnul Crucii la trezirea din somn, ca să agonisim binecuvântarea lui Dumnezeu pentru ziua întreagă; îl facem înainte de culcare, spre a alunga din mintea noastră tot gândul pătimăș, pentru o noapte liniștită; îl facem înainte de rugăciune, spre a fi feriți de împrăștierea și fuga gândului de la rugăciune; îl facem înainte de a începe lucrul și după ce l-am terminat, întâi spre a cere ajutor lui Dumnezeu și pe urmă, spre a-l mulțumi pentru ajutorul dat. Tertulian [160-240] mărturisește că cei dintâi creștini, ca și cei din vremea lui, obișnuiau să se închine făcând Semnul Crucii: „Înainte și în timpul treburilor, intrând și ieșind, îmbrăcându-ne, înainte de somn, în toate lucrările noastre, noi ne însemnăm fruntea cu semnul Crucii”¹⁵. Cine capătă deprindere să se însemneze în toate împrejurările cu semnul Sfintei Cruci se poate spune că împlinește cu prisosință cuvântul Sfântului Apostol Pavel: „Ori de mâncați, ori de beți, ori altceva de faceți, toate spre slava lui Dumnezeu să le faceți” [1 *Corinteni* 10, 31]. Deci, să nu ne rușinăm de Crucea lui Hristos.

¹⁴ Sf. CHIRIL AL IERUSALIMULUI, *Cateheza IV*, 14, p. 115.

¹⁵ TERTULIAN, *De corona militis*, 3, PL 2, 99.



*Ce înseamnă rugăciunea în genunchi,
prosternarea cu fața la pământ, împreunarea
mâinilor pe piept sau ridicarea brațelor,
facerea de metanii și altele?*

Îngenunchind la rugăciune, mărturisim evlavia, pocăința și micimea noastră înaintea lui Dumnezeu.

Prosternarea sau căderea cu fața la pământ mărturisește umilința noastră în fața lui Dumnezeu. Prosternată cu fața la pământ s-a rugat Iudita înaintea de a intra în tabăra vrăjmașilor [*Iudit* 9, 1], așa S-a rugat Mântuitorul în grădina Ghetsimani [*Matei* 26, 39], așa așteaptă, în tinda bisericii, cel ce vine să primească chipul cel îngeresc [călugăresc], înaintea de a fi tuns.

Metania, care este o îngenunchere și o ridicare repede, făcând semnul Crucii, mărturisește că prin păcat am căzut, iar prin întruparea lui Hristos iarăși ne-am ridicat¹⁶. Metania este de două feluri: mare și mică. Cea mare este o închinare până la pământ, cu îndoirea genunchilor, și prin ea cinstim sau adorăm îndurarea dumnezeiască¹⁷, iar metania mică, o înclinare adâncă a trupului până ce mâna stângă atinge pământul; prin ea cinstim milostivirea sfinților. Încrucișarea mâinilor

¹⁶ Sf. VASILE CEL MARE, *De Spiritu Sancto*, 27, 66, PG 42, 192.

¹⁷ Sf. IOAN CASIAN, *Institutiones*, II, 8.



pe piept mărturisește ridicarea lăuntrică a inimii la Dumnezeu. Ridicarea brațelor în sus mărturisește dragostea față de Dumnezeu și unirea prin rugăciune cu Hristos cel răstignit pe Cruce¹⁸. Sfântul Apostol Pavel poruncește „ca bărbații să se roage în tot locul, ridicând mâini sfinte, fără de mânie și fără șovăire” [1 *Timotei* 2, 8]. Așa s-a rugat Moise în vremea luptei cu amaleciții [Ieșirea 17, 8-12]; așa, Solomon, la sfințirea templului [2 *Paralipomena* 6, 12], așa se roagă preoții la Sfânta Liturghie înainte de ieșirea cu Sfintele Daruri și înainte de prefacerea Sfintelor Daruri.

La rugăciunea de obște, care se face în biserică, adică la sfintele slujbe, este oprită metania mare Duminica și în timpul de la Învierea Domnului până la Rusalii¹⁹.

*Cum trebuie să ne rugăm:
cu glas tare sau în gând?*

Ne putem ruga în gând, cu glas tare, ori chiar în amândouă felurile în timpul uneia și aceleiași rugăciuni.

Cineva se poate ruga și mergând, sau în decursul treburilor, fără ca alții să bage de seamă. Acesta se

¹⁸ TERTULIAN, *Despre rugăciune*, 14, trad. rom. prof. David Popescu, în: *PSB 2, Apologeți de limbă latină*, Ed. IBMBOR, București, 1981, p. 237.

¹⁹ Canonul 90 al Sinodului IV Ecumenic.



cheamă rugăciune în gând și este obișnuită celor care, din felurite pricini, nu se pot ruga altfel.

Rugăciunea rostită cu glas tare are însemnătatea ei; ea dă pe față simțămintele lăuntrice ale omului [Matei 12, 34] și face legătura cu ceilalți fii ai Bisericii și frați întru Hristos, întărind credința comună. Acest fel de rugăciune e și folositor și la locul lui, pentru că omul, fiind alcătuit din suflet și din trup, amândouă au datoria să laude pe Dumnezeu [Osea 14, 3]. Rugăciunea rostită cu glas tare răscolește simțirea inimii și sporește evlavia atât în cel ce o rostește, cât și în cel ce o ascultă. În sfârșit, rugăciunea cu glas tare, făcută de mai mulți laolaltă, cheamă și mai puternic pe Dumnezeu, precum a zis Mântuitorul: „Unde sunt doi sau trei adunați în numele Meu, acolo sunt și Eu în mijlocul lor” [Matei 18, 20].

Are vreun preț rugăciunea făcută numai cu buzele, precum și semnele și mișcările văzute, care nu corespund cu mișcarea inimii?

Rugăciunea celui ce se roagă numai cu buzele nu are putere.



Pentru rugăciunea făcută numai cu buzele a mustrat Mântuitorul pe farisei: „Poporul acesta Mă cinstește cu buzele, dar inima lor este departe de Mine” [Matei 15, 8]. De asemenea, dacă semnele și mișcările văzute ce însoțesc rugăciunile nu răspund unei stări de adâncă simțire a noastră, aceste semne și mișcări nu au nicio valoare. Cel ce face metanii după metanii, se bate în piept și face alte lucruri de felul acestea, fără niciun fel de tresărire lăuntrică, este un fățarnic. Dumnezeu cere să ne închinăm Lui cu duhul și cu adevărul [Ioan 4, 23].

Dar rugăciunea cântată are vreun preț?

Rugăciunea cântată este o foarte puternică rugăciune rostită cu glas tare.

Când suntem adânc mișcați, dăm glas simțirii prin cântare; deci cântecul religios este o rugăciune minunată. El ajută mintea să zboare la Dumnezeu; de aceea Sfântul Apostol Pavel îndeamnă pe Coloseni să se deprindă și să se înțeleptească cu psalmi, laude și cântări duhovnicești: „[...] Cântați în inimile voastre lui Dumnezeu, mulțumindu-l, în psalmi, în laude și în cântări duhovnicești” [Coloseni 3, 16].



Rugăciunea cântată a fost cultivată de împăratul David [†1015 î.Hr.], de Mântuitorul cu Apostolii [*Matei* 26, 30; *Marcu* 14, 26], de Sfântul Ioan Gură de Aur [† 407], de Sfântul Ambrozio al Mediolanului [† 397], de Sfântul Niceta de Remesia [† c. 420] și de alți Sfinți Părinți și mari Dascăli ai Bisericii.

*De câte feluri este rugăciunea,
după cuprinsul ei?*

După cuprins, rugăciunea este de trei feluri: 1] Rugăciunea care are ca scop să laude pe Dumnezeu; 2] să-l mulțumească și 3] să-l ceară tot ceea ce este după voia Sa: „Pre Tine Te lăudăm; pre Tine Te binecuvântăm; Ție Îți mulțumim, Doamne, și ne rugăm Ție, Dumnezeului nostru”²⁰.

1] **Rugăciunea de laudă** este aceea prin care binecuvântăm, lăudând pe Domnul și Dumnezeu nostru după mărirea Lui cea nemăsurată, și pentru veșnica Lui slavă, după cum zice Psalmistul: „În toate zilele Te voi binecuvânta și voi lăuda numele Tău în veac și în veacul veacului. Mare este Domnul și lăudat foarte și măreția Lui nu are sfârșit” [*Psalmii* 144, 2]. Călătorul prin

²⁰ Sfânta Liturghie a Sf. Ioan Gură de Aur.



țări străine se minunează și laudă locurile frumoase pe care le întâlnește în cale, dar ce departe este frumusețea lumii văzute de strălucirea lui Dumnezeu! Îngerii, privind nemijlocit nesfârșita Lui slavă, „Îl laudă și Îl binecuvântează cântând: «Sfânt, Sfânt, Sfânt!»” [Isaia 6, 3], așa precum au cântat laude Mântuitorului, Prunc de curând născut în Betleem [Luca 2, 14]. Îngerii privesc la Dumnezeu față către față, cuprinși de uimire, iar rugăciunile lor se prefac într-o neîncetată cântare de laudă. A cânta laude lui Dumnezeu este îndeletnicirea locuitorilor cerului [Apocalipsa 4, 8-11]; dar și noi, cei de pe pământ, cunoscând slava lui Dumnezeu din cele zidite și din descoperire, suntem datori mai întâi să lăudăm pe Dumnezeu în rugăciunile noastre. Drept aceea, Biserica laudă neconținut pe Dumnezeu. Cântările ei: Trisaghionul [„Sfânt, Sfânt, Sfânt, Domnul Savaot...”], Doxologiile mare și mică, „Pre Tine Te lăudăm...”, precum și feluritele Doxologii rostite în diferite împrejurări sunt pline de laude aduse lui Dumnezeu. Tot cântare de laudă este și cântarea Maicii Domnului: „Mărește, suflete al meu, pe Domnul...” [Luca 1, 46].

2] **Rugăciunea de mulțumire** este aceea prin care arătăm că ne aducem aminte cu mulțumire și cu dragoste de toate binefacerile primite de la Dumnezeu. Că Dumnezeu ne cere să-l fim mulțumitori pentru toate



bunătățile, se vede din aceste cuvinte ale Sfântului Apostol Pavel: „Rugați-vă neîncetat. Dați mulțumire pentru toate, căci aceasta este voia lui Dumnezeu, întru Hristos Iisus, pentru voi” [1 *Tesaloniceni* 5, 17-18]. Rugăciunea lui Noe, la ieșirea din corabie, a fost de mulțumire [*Facerea* 8, 20]; de asemenea și a vechiului Israel, la ieșirea din Egipt [*Ieșirea* 15, 1-21]. Dumnezeu de multe ori face să înceteze bunătățile Sale, pentru cei ce nu știu să le prețuiască și nu-L mulțumesc nicio-dată. Din pricina aceasta, în loc de bunătăți, vin asupra noastră necazuri.

3] ***Rugăciunea de cerere*** este aceea prin care cerem de la Dumnezeu tot ce ne trebuie pentru viața noastră, sau aceea prin care Îl rugăm „să ierte păcatele noastre, așa încât să ne izbăvească și de pedeapsă și să reverse asupra noastră și harul Lui cel sfânt asupra sufletului și asupra trupului”²¹. Dumnezeu voiește să-L cerem tot ce ne trebuie; căci fără de rugămintele El nu dă nimic [*Iacov* 4, 2]. Dumnezeu vrea să-L rugăm cu stăruință; vrea nu numai să-L rugăm, ci chiar să-L silim, spune Sfântul Grigorie Dialogul. Negreșit, Dumnezeu știe toate nevoile noastre [*Matei* 6, 32] și ar putea să ni le împlinească fără cerere din partea noastră; dar El voiește să-L rugăm, ca nu cumva să socotim bunătățile Sale ca pe niște lucruri cu care El ne-ar fi dator, ci ca

²¹ *Mărturisirea credinței...*, II, 5.



pe niște binefaceri, pentru care să-l fim mulțumitori din inimă, cu umilință și dragoste. Rugăciunea Mântuitorului din grădina Ghetsimani și de pe Cruce; a Sfântului Arhidiacon și Mucenic Ștefan, în clipa în care era ucis cu pietre [*Faptele Apostolilor* 7, 59-60]; a creștinilor care se rugau pentru eliberarea Sfântului Apostol Petru din temniță [*Faptele Apostolilor* 12, 5], a Sfinților Apostoli în corabia învăluită de furtună [*Matei* 8, 25] și altele, sunt pilduitoare rugăciuni de cerere.

Pe lângă cele de mai sus, rugăciunea împăratului David: „Miluiește-mă, Dumnezeule...” [*Psalmii* 50] este rugăciunea pentru iertarea de păcate, este rugăciunea de cerere a îndurării lui Dumnezeu și de pocăință. Acest psalm se rostește și la slujba Mărturisirii.

Care sunt foloasele rugăciunii?

Prin rugăciune se poate dobândi de la Dumnezeu orice dar. Dumnezeu însă nu împlinește totdeauna și numaidecât rugăciunile noastre.

Fericitul Augustin ne spune că rugăciunea este „cheia vistieriei darurilor dumnezeiești”, încât de la Dumnezeu poți dobândi orice lucru bun prin rugăciune. Însuși Mântuitorul făgăduiește acest lucru, când zice: „Și toate câte veți cere, rugându-vă cu credință, veți primi” [*Matei* 21, 22]. Și iarăși: „Cereți și se va da” [*Matei* 7, 7].



Așadar, când ne aflăm în strâmtorare, să alergăm la sprijinul lui Dumnezeu; că El ne va ajuta, așa cum a ajutat pe Sfinții Apostoli în timpul furtunii [Luca 8, 24]. De aceea, cel ce se îndărătnicește și nu vrea să roage pe Dumnezeu în primejdie, nu are drept să se plângă.

Dumnezeu nu împlinește totdeauna și numai-decât rugăciunea noastră. Monica, mama Fericitului Augustin, s-a rugat optsprezece ani la Dumnezeu pentru întoarcerea fiului ei la Hristos. Dumnezeu Se lasă de multe ori rugat, pentru ca rugăciunea noastră să fie făcută cu tot dinadinsul, dându-ne prilej să cinstim după cuviință darurile primite²². Deci, de voim cu adevărat să ni se împlinească rugăciunea, să ne rugăm cu atât mai mare stăruință și căldură, cu cât Dumnezeu întârzie cu împlinirea cererii noastre. Așa făcea orbul din Ierihon: cu cât Hristos Se făcea că nu-i ia rugăciunea în seamă, cu atât el striga mai tare: „Iisuse, Fiul lui David, fie-Ți milă de mine!” [Luca 18, 38].

Când împlinește Dumnezeu mai repede rugăciunile noastre?

Dumnezeu împlinește rugăciunile noastre mai repede:
1] când sunt însoțite de fapte bune și de post; 2] când

²² Fer. AUGUSTIN, „Predica LXI”, în: *Les plus beaux sermons de Saint Augustin*, G. Hameau [trad. fr.], vol. I, Paris, 1932, p. 280.



chemăm mijlocirea sfinților și 3] când sunt făcute de mai mulți împreună.

1] Postul și rugăciunea sunt cele două aripi ale nădejzii, zice Fericitul Augustin. Corneliu sutașul, bărbat drept și temător de Dumnezeu, însoțind rugăciunea lui cu post și cu alte fapte bune, a fost ascultat [*Faptele Apostolilor* 10, 30-35]. De altfel multe cetăți și popoare au scăpat de mari primejdii în urma rugăciunilor unite cu vreo făgăduință.

2] Rugăciunea făcută în fața sfintelor icoane sau lângă sfintele moaște ale sfinților este mai ascultată și mai repede împlinită când se cheamă ajutorul sfinților, fiindcă aceștia sunt prietenii lui Hristos, fii și moștenitori ai lui Dumnezeu²³.

3] Dumnezeu ascultă mai curând rugăciunea făcută laolaltă cu mai mulți. Negreșit Dumnezeu este pretutindeni, dar nu în orice loc ascultă în același chip rugăciunile. Căci zice Dumnezeu Iisus Hristos: „Iarăși grăiesc vouă că, dacă doi dintre voi se vor învoi pe pământ în privința unui lucru pe care îl vor cere, se va da lor de către Tatăl Meu, Care este în ceruri” [*Matei* 18, 19]. „Această rugăciune, dăruită din toată inima, hrănită din credința noastră, îngrijită prin adevăr, întreagă prin nevinovăție, curată prin castitate, agapă

²³ Sf. IOAN DAMASCHIN, *Dogmatica*, trad. rom., p. 276.



înfrumusețată cu podoaba faptelor bune, această rugăciune suntem datori să o înălțăm la altarul lui Dumnezeu, ea având a dobândi pentru noi toate de la Dumnezeu”²⁴. Când, după uciderea Apostolului Iacov, Sfântul Petru a fost închis în temniță, rugăciunile neîn-cetate, făcute de creștini pentru dânsul la Dumnezeu, au fost atât de puternice, încât Dumnezeu a trimis un înger, care în chip minunat a eliberat pe Petru din închisoare [*Faptele Apostolilor* 12, 1-11]. Rugăciunea laolaltă a mai multora este ca focul în grămada de cărbuni: se aprind unul de la altul, se aprinde chiar și butucul neuscat.

Când și pentru ce nu ne ascultă Dumnezeu rugăciunile?

Dumnezeu nu ascultă și nu împlinește rugăciunile atunci când cerem ceva păgubitor și când nu suntem vrednici să fim ascultați.

1] Dumnezeu Se aseamănă cu un medic care, din grija pentru bolnav, nu îi îngăduie ce i-ar fi păgubitor²⁵. Monica, mama Fericitului Augustin, s-a rugat stăruitor

²⁴ TERTULIAN, „Despre rugăciune”, 28, *PSB* 2, p. 245.

²⁵ Fer. AUGUSTIN, „Predica LXXX”, 2, *Les plus beaux sermons...*, vol. II, p. 43.



la Dumnezeu să împiedice plecarea fiului său în Italia și nu a fost ascultată, pentru că această călătorie a dat Fericitului Augustin prilejul de întoarcere la Dumnezeu. „O, Doamne! Tu atunci nu ai ascultat pe mama, spre a-i împlini ceea ce ea cerea de atâta vreme”, a spus mai târziu Fericitul Augustin²⁶.

2] Adesea Dumnezeu nu ne împlinește rugăciunile fiindcă nu suntem vrednici să ne fie împlinite: ne rugăm fără evlavie și fără încredere [*Iacov* 1, 6-7]; sau, păcătoși fiind, nu voim să ne dezbrăăm de relele apucături [*Ioan* 9, 31]; sau rugăciunea e stăruință, ca și cum lucrul cerut nu ar avea niciun preț, sau când cerem rău [*Iacov* 4, 4-6; *Marcu* 10, 38].

3] Totuși, nimeni nu se roagă în deșert. Nicio rugăciune, nici cea bine făcută, nici cea rău făcută, nu este pierdută înaintea lui Dumnezeu. Dacă Dumnezeu nu împlinește ce I se cere, El dă negreșit ceva mai bun, ne încredințează Sfântul Ioan Gură de Aur. Cu alte cuvinte, Dumnezeu poate împlini mai cu prisosință lucrurile pe care le cerem sau le gândim [*Efeseni* 3, 20]. De pildă, marele stareț Gheorghe plecase de la mănăstirea Neamțului cu gândul să se ducă la Sfântul Munte Athos, făcând rugăciuni la Dumnezeu pentru a-i împlini gândul acesta. Dar, ajuns la București, este

²⁶ Fer. AUGUSTIN, *Confessiones [Mărturisiri]*, V, 8, trad. prof. dr. N. Barbu, Ed. IBMBOR, București, 1985, p. 124.



împiedicat să meargă încotro se rugase la Dumnezeu, și trimis la Cernica, să ridice din dărâmături vechea mănăstire părăsită și părăginită. Astfel, el a ajuns povățuitor și îndreptător pentru mii de călugări, care s-au perindat de atunci și până astăzi în cele două mănăstiri muntene, Cernica și Căldărușani, și un mare dascăl sufletesc al celor ce s-au apropiat de dânsul, călugări și mireni.

Rugăciunea folosește oare la ceva celui păcătos?

Prin rugăciune, cel păcătos câștigă iertarea și din păcătos ajunge drept.

Tâlharul răstignit împreună cu Hristos numai atât a rugat pe Mântuitorul: „Pomenește-mă, Doamne, când vei veni în împărăția Ta” [Luca 23, 42], și Hristos l-a iertat. Căindu-se, vameșul a rostit numai aceste cinci cuvinte: „Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosului” și s-a întors îndreptat la casa sa [Luca 18, 13]; iar împăratul David, muștrat fiind pentru păcat de Natan, a grăit: „Am păcătuț înaintea Domnului”, și Domnul l-a iertat [2 Regi 12, 12]. „Cel ce se așterne la rugăciune pune capăt păcatului”, zice Fericitul Augustin, „iar cel



ce pune capăt rugăciunii începe a păcătui”²⁷.

Rugăciunea face dintr-un păcătos un drept, pentru că prin ea se câștigă darul pocăinței și al întoarcerii la Dumnezeu. Pământul, cu cât se apropie mai mult de soare, cu atât primește mai multă lumină și căldură; iar noi, cu cât ne apropiem mai mult de Iisus Hristos prin rugăciune, cu atât dobândim mai multă lumină și putere. Rugăciunea coboară asupra noastră Duhul Sfânt²⁸ și luminează cele dinlăuntru ale noastre. Această lumină s-a lăsat văzută în afară la mulți sfinți, în timpul rugăciunii. De pildă, fața lui Moise strălucea de lumină când s-a pogorât de pe munte, unde grăise cu Dumnezeu [*Ieșirea* 34, 29-30]; iar Sfântul Simeon Noul Teolog [† 1022] se arăta uneori, în timpul rugăciunii, înconjurat de o lumină strălucitoare, care-i pătrundea în chip uimitor carnea și mădularele²⁹. Rugăciunea pătrunde sufletul ca o rouă cerească, care-l însuflețește și înprospătează, așa precum plantele răcorite noaptea de rouă dobândesc puteri noi. Deci, rugăciunea este folositoare nu numai pentru cel

²⁷ Fer. AUGUSTIN, „Predica LXXX”, 7, *Les plus beaux sermons...*, vol. II, p. 49.

²⁸ Sf. EFREM SIRUL, „Cuvânt pentru rugăciune”, în: *Cuvinte și învățături*, vol. III, trad. rom. Măn. Neamț, 1823, pp. 530-531.

²⁹ NICHITA STETHATOS, „Viața Sfântului Simeon Noul Teolog”, editor Irene Hausherr, în: *Orientalia Christiana*, vol. VII, Roma, 1928, 69, p. 95.



ce trăiește după voia lui Dumnezeu, ci și pentru cel ce se zbate să părăsească drumul pierzării.

Cel ce trăiește după voia lui Dumnezeu, adică cel drept, mai are nevoie de rugăciune?

Cel drept are și el nevoie și dobândește folos din rugăciune, pentru că rugăciunea îl ocrotește și îl ferește de ispita păcatului.

Ispita este lucrul diavolului; ea întunecă mintea și slăbește voința. Rugăciunea, dimpotrivă, alungă ispitele, luminează mintea și întărește voința: „Rugăciunea lucrează ca apa asupra focului; este ca o ancoră de mântuire pentru sufletul în primejdie să se înece”³⁰. „Demonii, văzându-ne stând la rugăciune, fug repede, ca hoții ce dau cu ochii de soldații cu săbiile scoase”³¹. Cel drept ajunge prin rugăciune la viață foarte îmbunătățită: „Cel ce se roagă bine știe să trăiască cinstit”³². Cine se aseamănă se adună, grăiește

³⁰ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia a doua despre Ana*, 5, trad. fr., vol. V, p. 500.

³¹ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia a doua despre Ana*, 5, trad. fr., vol. V, p. 500.

³² Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia a doua despre Ana*, 5, trad. fr., vol. V, p. 500.



înțelepciunea populară, iar cel ce grăiește neconținut cu Dumnezeu oglindește în el desăvârșirea. Deci, rugăciunea alungă ispitele, fiindcă este pavăza de care se frâng săgețile aprinse ale vrăjmașului.

Ce se întâmplă cu cel ce nu se roagă?

Cel ce nu se roagă cade ușor în păcat și nu poate să se mântuiască.

Cine nu se roagă, nu are nicio putere în lupta cu ispitele, el este ca un ostaș fără armă, ca o pasăre fără aripi, ca o mașină fără aburi, ca o trestie care se pleacă încotro bate vântul. „Cel ce nu se roagă e mort gata”; e ca un pește pe uscat, zice Sfântul Ioan Gură de Aur; e ca un om care nu primește nicio hrană. Dacă Mântuitorul a petrecut nopțile în rugăciune, „noi ce trebuie să facem ca să ne mântuim?” – întreabă Sfântul Ambrozie al Milanului. Ne spune chiar Mântuitorul ce să facem: să stăruim în rugăciune [Matei 26, 41].

Cum trebuie făcută rugăciunea ca să fie bine primită de Dumnezeu?

Rugăciunea noastră ca să fie bine primită de Dumnezeu trebuie:



1] Să fie făcută în numele Mântuitorului nostru Iisus Hristos, adică să cerem [și] după voia Lui. Că zice: „Adevărat, adevărat zic vouă: Orice veți cere de la Tatăl în numele Meu, El vă va da” [Ioan 16, 23]. Și Mântuitorul vrea tot ce sporește mărirea Tatălui și mântuirea sufletelor noastre. Deci cine cere acestea se roagă în numele lui Iisus Hristos. Prin Rugăciunea domnească cerem [mai vârtos] ceea ce a voit și a îndemnat Hristos și, cum El însuși este Cel Care ne-a dat această rugăciune, când rostim „Tatăl nostru” înseamnă că ne rugăm în numele lui Iisus Hristos. Dacă însă cerem bogăție, pierirea vrăjmașului, câștig la jocurile de noroc, pe scurt, slavă deșartă – adică „dacă cerem ce este primejdios sufletului, nu ne rugăm în numele lui Iisus Hristos”³³.

2] „Să ne rugăm cu mintea întreagă și cu evlavie”³⁴, adică, rugându-ne, să ne gândim numai la Dumnezeu. Rugăciunea făcută cu mintea întreagă înseamnă gând neîmpărțit, cuget nerisipit în timpul cât facem rugăciunea. Dacă rugăciunea este „vorbirea minții cu Dumnezeu”³⁵, atunci se cuvine ca la rugăciune să ne adunăm toată luarea aminte; tot gândul nostru să-l îndreptăm numai la Dumnezeu; se cuvine să lepădăm

³³ Fer. AUGUSTIN, „Predica LXXX” [De Oratione], *Les plus beaux sermons...*, vol. II, pp. 43 și 50.

³⁴ *Mărturisirea de credință...*, II, 6.

³⁵ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 76.



din minte toată grija cea lumească și să cugetăm numai la Dumnezeu. Deci să nu cinstim pe Dumnezeu numai cu buzele, iar gândul să se împrăștie departe. Căci cine se roagă cu nepăsare ori cu mintea împrăștiată nu are niciun folos de rugăciune. „Cum puteți pretinde ca Dumnezeu să ia aminte la rugăciunea voastră, dacă voi înșivă nu luați aminte la rugăciune?”³⁶ Cine se roagă rău și totuși nădăjduiește să fie auzit, se aseamănă cu cel ce seamănă neghină și vrea să secere grâu curat. Cu toate acestea, să nu socotiți că rugăciunea e rău făcută atunci când nu încercați o mișcare deosebită a inimii; adică nu simțiți în timpul rugăciunii o mângâiere deosebită și o bucurie peste fire. O asemenea simțire este un dar deosebit, la care nu toți pot ajunge. Tot astfel nu trebuie socotită rugăciune rea lipsa de trăire ce se simte uneori, fiindcă aceasta însemnează o ispită, o mâhnire, un necaz, care trebuie să ni se facă pricină de stăruință; iar cel ce rabdă necazurile cu bărbăție și cu îndrăzneală va ajunge la bucurie³⁷.

Rugăciunea făcută cu evlavie cere o oarecare pregătire, o supraveghere a simțurilor și o ținută potrivită a trupului. „Trebuincioasă este pentru noi cuvenita pregătire, când vrem să facem rugăciunea”³⁸. „Mai

³⁶ Sf. CIPRIAN, *De Oratione Domenica*, trad. Ioan Demetrescu, București, 1908, partea a III-a, p. 62.

³⁷ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 93.

³⁸ *Mărturisirea de credință...*, II, 6.



înainte de a făgădui [a te ruga], pregătește-te, și nu fi ca omul ce ispitește pe Dumnezeu" [*Înțelepciunea lui Isus Sirah* 18, 23]. Dacă Moise, cerând să se apropie de rugul cel aprins, n-a putut să se apropie de el până ce nu și-a dezlegat și lepădat încălțăminteia [*Ieșirea* 3, 5], „de ce să nu te dezlegi și tu – zice Evagrie Monahul – de orice cuget pătimăș, dacă vrei să vezi pe Cel mai presus de fire și înțelegere și să vorbești cu El?”³⁹. Adică, înainte de rugăciune, pregătește-te: „Stai puțin, în tăcere, până ce se vor liniști toate simțurile tale și apoi faci trei închinăciuni până la pământ și așa începe rugăciunea”⁴⁰. Cu alte cuvinte, înainte de a începe rugăciunea, alungă toate grijile din inimă, din această biserică a rugăciunii, așa după cum Hristos a alungat pe negustorii din templu [*Luca* 19, 45]. Lasă pentru un sfert de oră necazul tău în grija Părintelui ceresc, că El ți-l va ușura, ori poate chiar îl va înlătura cu totul: „Așadar, să-l lăsăm Lui toate cele ce ne privesc, și ne va fi bine. Căci Cel ce e bun e negreșit Dătătorul darurilor bune”⁴¹.

La rugăciune se cuvine să ne supraveghem ochii și să nu privim la dreapta și la stânga. Mântuitorul zice: „Când te rogi, intră în cămara ta și, închizând ușa,

³⁹ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 93.

⁴⁰ *Ceaslov*, Rugăciunile dimineții, București, 1979, p. 7.

⁴¹ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 79.



roagă-te" [Matei 6, 6]. Cămara e inima, iar simțurile sunt poarta; deci ele trebuie bine zăvorâte, că prin ele vine sminteala în timpul rugăciunii.

În sfârșit, la rugăciune să ne ferim de orice ținută nepotrivită cu această sfântă lucrare. Negreșit, un bolnav sau un om prea obosit poate sta cum îi vine mai la îndemână, dar cine e sănătos și odihnit să ia aminte, să stea cu cuviință. E bine să facem rugăciunea în picioare, dacă cumva în genunchi suntem atrași la somn – nevoie care bântuia și pe Părinții din pustie⁴². Cei cu multă încercare într-ale rugăciunii ne sfătuiesc îndeosebi la rugăciunea în picioare, însoțită de metanii dese.

3] Rugăciunea să fie făcută cu stăruință; adică să nu slăbim în rugăciune, chiar dacă nu suntem auziți curând. „Dacă nu ai primit încă darul rugăciunii sau al cântării de psalmi, stăruie cu putere și-l vei primi; prin urmare nu te descuraja, dacă nu l-ai primit”⁴³. Să facem cum fac copiii, care nu conțin din strigăt până ce nu dobândesc ce doresc. „Oamenii se supără când sunt copleșiți de cereri, Dumnezeu însă iubește pe cel ce stăruiește”⁴⁴, precum Însuși spune în pilda judecătorului nedrept care, supărat de stăruința femeii

⁴² Sf. IOAN CASIAN, *Institutiones*, II, 7.

⁴³ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, pp. 87-88.

⁴⁴ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia XXII la Matei*, 5, trad. fr., vol. II, p. 187.



care-i cere dreptate, până la urmă n-a avut încotro și, ca să scape de ea, i-a făcut dreptate [Luca 18, 2-7]. „Așadar, îndrăznește, stăruind încordat în sfânta rugăciune”, ne spune un Părinte din pustie⁴⁵. Dumnezeu pune adesea la grea încercare statornicia rugătorului, cum de pildă a pus Iisus pe femeia canaaneancă [Matei 15, 22-28]. El întâi S-a arătat neînduplecat, ea însă, nedescurajându-se, până la urmă și-a văzut rugăciunea împlinită. Tot în felul acesta s-au petrecut lucrurile și cu orbul din Ierihon. Lumea îl silea să tacă, dar el, dimpotrivă, striga și mai tare; și Iisus l-a tămăduit [Luca 18, 35-43]. Evreii din Betulia, auzind că Olofern s-a pornit cu război împotriva cetății lor, au alergat la rugăciune și nu au slăbit cu cererile lor până ce Dumnezeu nu i-a scăpat de vrăjmași prin mâna Iuditei [Iudit 7 și 8].

4] Rugăciunea să fie făcută cu inimă curată, adică liberă de păcatul de moarte, sau cel puțin cuprinsă de dorința cinstită de pocăință. Inimă curată înseamnă a fi liber nu numai de orice legătură păcătoasă, ci și de orice dragoste pentru tot ce nu e plăcut lui Dumnezeu. Cel ce nu are inimă curată nu are destulă putere să-și ridice gândul la Dumnezeu; pentru că, îndată ce începe să se roage, îi năvălesc în gând închipuirile păcătoase și „cumplitele aduceri aminte” și îi încătușează

⁴⁵ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 88.



mintea de pământ. „Știm că Dumnezeu nu-i ascultă pe păcătoși...” [Ioan 9, 31], fiindcă este drept a înlătura de la bunătățile dumnezeiești pe cel ce nu se supune voii Sale. Dar și un păcătos poate nădăjdui să fie auzit de Dumnezeu, dacă se căiește cu tot dinadinsul de greșelile sale [Luca 18, 13].

5] Rugăciunea să fie făcută supunându-ne voii lui Dumnezeu, adică să lăsăm în grija Lui împlinirea rugăciunilor noastre. Așa S-a rugat Mântuitorul în grădina Ghetsimani: „nu voia Mea, ci voia Ta să se facă” [Luca 22, 42], așa cerem noi când ne rugăm în Rugăciunea domnească: „Facă-se voia Ta” [Matei 6, 10]. Dumnezeu știe mai bine ce ne este de folos; de aceea să lăsăm în grija Lui împlinirea cererii noastre. „De multe ori, rugându-mă, zice Evagrie Monahul, am cerut să mi se împlinească ce am socotit eu că e bine și am stăruit în cererea mea, silind fără judecată voia lui Dumnezeu; nu am lăsat Lui să rânduiască ce știe El că este de folos. Iar primind, m-am întristat foarte pe urmă, fiindcă nu am cerut să se facă mai bine voia lui Dumnezeu. Că lucrul nu mi-a ieșit așa cum credeam”⁴⁶.

6] Rugăciunea să fie făcută cu umilință, cu zdrobirea inimii⁴⁷: cu o lăuntrică încredințare de slăbiciunea și de nevrednicia noastră. Prorocul David este unul

⁴⁶ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 82.

⁴⁷ *Mărturisirea de credință...*, II, 6.



dintre cei ce au primit daruri mari de la Dumnezeu. El făcuse fapte bune și plăcute lui Dumnezeu și, cu toate acestea, îl aflăm grăind: „cu palma ai măsurat zilele mele și statul meu ca nimic înaintea Ta” [*Psalzii* 38, 7]. Într-o asemenea stare sufletească să ne înfățișăm lui Dumnezeu la rugăciune și să cerem numai de la bunătatea Lui darurile pe care El ar binevoi să ni le dea; să nu așteptăm nimic altceva decât ce va vrea să dea îndurarea Lui. Să ne rugăm cu același simț de smerenie ca al prorocului împărat David, pentru că de el atârnă în mare parte puterea rugăciunii: „Rugăciunea celui smerit va pătrunde norii”, zice înțeleptul Sirah [*Înțelepciunea lui Iisus Sirah* 35, 18]. Rugăciunea vameșului și a sutașului sunt pline de smerenie, iar Daniil s-a rugat tot cu o astfel de umilință, zicând: „Că nu pentru faptele noastre drepte aducem înaintea Ta rugăciunile noastre cele fierbinți, ci pentru milele Tale cele mari” [*Daniel* 9, 18]. De altfel, rugăciunea, ca atare, este o lucrare de umilință, pentru că prin ea ne dăm seama în ce măsură avem nevoie de Stăpânul cerului și al pământului.

7] Rugăciunea să fie făcută cu încredere fiască, cu neclintită încredințare că Dumnezeu, întru îndurarea Lui, ne va asculta dacă Îi vom cere bunătăți care să slujească slavei Sale și mântuirii sufletelor noastre. Încrederea fiască în Dumnezeu este din partea noastră o datorie,



asupra căreia dumnezeiescul Învățător binevoiește să ne atragă luarea-aminte când ne povățuiește, în Rugăciunea domnească, să socotim pe Dumnezeu sub duioasa însușire de Tată. Mântuitorul a avut grijă, pe de o parte, să ne încredințeze, prin învățături limpezi și prin pilde lămuritoare, despre însușirea de Părinte milostiv a lui Dumnezeu; iar pe de altă parte, să ne arate că cele mai multe din vindecările minunate, pe care le-a făcut El, se datorează încrederii celor lecuți. Încrederea este răsplătită cu prisosință [Evrei 10, 35]. „Și toate câte veți cere, rugându-vă cu credință, veți primi” [Matei 21, 22]. Rugăciunea sutașului Corneliu [Faptele Apostolilor 10, 2] este pildă de rugăciune cu încredere. Cine însă se îndoiește, cine nu are încredere, nu va primi nimic [Iacov 1, 6]. Dar încrederea nu este potrivnică smereniei, ci e soața ei de totdeauna; pentru că, fără de încredere, smerenia este fățărnicie; și încrederea fără smerenie este îndrăzneală neîngăduită.

Care este cel mai potrivit timp pentru rugăciune?

Timpul potrivit pentru rugăciune este, la drept vorbind, viața omului întreagă; întocmai cere și Însuși



Mântuitorul Hristos: „Privegheați, dar, în toată vremea rugându-vă” [Luca 21, 36]. Viața trăită cu adevărat creștinește împlinește acest îndemn; pentru că toate câte gândim, grăim și facem cu mintea luminată de dreptate și însuflețită de dragoste, tot rugăciune este. Fericitul Augustin zice: „Prin credință, nădejde și dragoste, dorința fiind neconținută, ne rugăm neîncetat”⁴⁸.

De bună seamă avem nevoie de ajutorul lui Dumnezeu în toată clipa, deci să ne rugăm Lui totdeauna, dar mai ales dimineața, la amiază și seara, înainte și după mâncare și când auzim bătând toaca și clopotele bisericii.

1] **Dimineața**, la scularea din somn, să ne rugăm la Dumnezeu mulțumindu-I că ne-a ocrotit peste noapte; apoi să-L rugăm să ne păzească și în timpul zilei de toată reaua întâmplare și de păcat, și să binecuvânteze munca ce urmează să o facem. Dimineața, îndată ce ne-am sculat din pat, pe nemâncate, să facem rugăciunea stând în picioare sau în genunchi, după cum ne vine mai bine; o începem cu trei metanii mari și mai facem metanii mari și când ne rugăm pentru părinți, frați etc. Ziua este ca o viață în prescurtare: dimineața e nașterea și copilăria; primele ceasuri ale zilei sunt

⁴⁸ Fer. AUGUSTIN, *Exp. 111. Ad. Prodom*, 109.



tinerețea; amiaza și după amiaza, bărbăția, care se pleacă puțin câte puțin, până când cade seara peste anii încărunțiți ai bătrâneții zilei. Când mă trezesc din somn e ca și cum aș fi ieșit din noianul somnului pentru o nouă zidire și încep viața pentru o altă zi. Cea dintâi clipă a acestui nou început creștinul o închină lui Dumnezeu, cerându-l binecuvântare. Israelii în pustie aflau mana numai dimineața, înainte de răsăritul soarelui, iar noi dobândim binecuvântarea lui Dumnezeu de ne vom ruga Lui dimineața, la răsăritul soarelui [*Înțelepciunea lui Solomon* 16, 28]. Dimineața e timpul cel mai prielnic pentru rugăciune: „Dimineața vei auzi glasul meu” [*Psalmii* 5, 3]; adică glasul rugăciunii de dimineață, pe care trebuie să-l facem auzit de îndată ce ne sculăm din somn. „Înainte de a vă spăla, curățiți-vă inimile alergând la rugăciune”, îndeamnă Sfântul Ioan Gură de Aur pe ascultătorii săi⁴⁹.

2] **La amiază.** Un păgân, împăratul Filip al Macedoniei, pusese pe un rob să-i spună în fiecare dimineață: „Filipe, amintește-ți că ești om!” A fi om – nu după înțelesul păgân, ci după credința pe care o mărturisim, adică creștin – înseamnă că trebuie să-ți aduci aminte că sosește sorocul de la amiază, ora douăsprezece, ora în care Iisus a fost răstignit pe Cruce. Oprește-te, contenește-ți tot zbulciumul. Dacă la această oră ești

⁴⁹ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia la Psalmul V*, trad. fr., p. 546.



atât de cuprins de nevoile vieții, încât vremea nu-ți îngăduie să stai mai mult de vorbă cu Dumnezeu, o rugăciune scurtă, făcută din inimă, cu toată căldura, să răscumpere graba și lipsa unei rugăciuni mai îndelungate.

3] **Seara**, să mulțumim lui Dumnezeu pentru bunătățile primite în timpul zilei, rugându-L să ne ierte greșelile făcute peste zi și să ne ocrotească și în timpul nopții.

Mântuitorul prelungea adesea rugăciunea de seară până târziu în noapte.

Moartea își trimite solia de cele mai multe ori noaptea, ca să cheme la divanul de judecată al lui Dumnezeu. De aceea, rugăciunea de seară grăiește, într-adevăr, despre moartea zilei, dar și despre cele ale morții noastre. Astfel, rugăciunea de seară e prilejul de cercetare a cugetului, pentru ajungerea la o desăvârșită pocăință. Fiecare creștin să se cerceteze, în fiecare seară, nu numai de câștigul material de peste zi, ci și de cum s-a îngrijit de folosul sufletului său.

4] **Înainte și după masă** să mulțumim lui Dumnezeu pentru hrana pe care El ne-a dat-o și să-L rugăm să ne ferească de păcatul îmbuibării.

Mântuitorul mulțumește Părintelui ceresc înainte și după masă [Matei 15, 36]. Daniil în groapa cu lei a mulțumit îndată pentru hrana ce i s-a trimis prin



îngerii. Când „vei mânca și te vei sătura”, zice Moise, „atunci păzește-te, să nu se ademenească inima ta, ca să uiți de Dumnezeu” [Deuteronomul 6, 11-12].

Când ne cheamă la rugăciune toaca și clopotele bisericii?

Toaca și clopotele bisericii ne vestesc de rugăciune de mai multe ori pe zi, mai ales în Păresimi, dar trei momente sunt mai însemnate: dimineața, la începutul Utreniei și al Sfintei Liturghii; iar spre seară, la începutul Ceasului al nouălea cu Vecernia. De asemenea, ne mai cheamă când se întâmplă să moară vreun creștin, sau când este dus cel mort la mormânt.

Când auzim clopotele bisericii, chemându-ne la rugăciune, dacă nu putem să mergem al biserică, se cuvine, totuși, să lăsăm toate de o parte și să facem o rugăciune. Căci „cel ce se roagă odată cu Biserica, se roagă în felul cel mai folositor”, spune Fericitul Augustin. Clopotul, tovarăș de viață al creștinului, ia parte și la întristări. El vestește pe creștini de moartea vreunuia dintre ei, îndemnându-i să se roage pentru sufletul celui răposat; și în dăngănit de clopot petrecem la locașul cel de veci pe cei răposați în Domnul.



Când trebuie să mai facem rugăciuni?

Trebuie să ne mai rugăm în nevoi, în ispite, înainte de orice lucrare mai de seamă și când ne simțim împinși în chip deosebit la rugăciune.

1] Dumnezeu ne îndeamnă să ne rugăm, atunci când suntem cuprinși de nevoi: „Mă cheamă pe Mine în ziua necazului și te voi izbăvi și Mă vei preaslăvi” [*Psalmii* 49, 16]. Apostolii s-au rugat în corabie, fiind amenințați de furtună, și creștinii s-au rugat pentru Sfântul Apostol Petru când acesta era în temniță [*Faptele Apostolilor* 12, 5].

2] Mântuitorul ne poruncește să ne rugăm atunci când suntem bântuiți de ispite: „Privegheați și vă rugați, ca să nu intrați în ispită” [*Matei* 2, 41].

3] Când avem de făcut lucruri însemnate, să le începem cu rugăciune. „Cere de la El [Domnul] să călăuzească căile tale”, zice Tobit [*Tobit* 4, 19]. Iisus Hristos S-a rugat înainte și după ce Și-a ales Apostolii [*Luca* 6, 12], înainte de învierea lui Lazăr [*Ioan* 11, 41] și înainte de sfintele Sale patimi, în grădina Ghetsimani [*Luca* 22, 41-42]. Sfinții Apostoli s-au rugat înainte de alegerea lui Matia [*Faptele Apostolilor* 1, 24], și Sfântul Apostol Petru, înainte de a învia pe Tavita [*Faptele Apostolilor* 9, 40]. Fericitul Ieronim cere încă și mai mult: „Când



ieșim din casă, zice el, să ne întrarmăm cu rugăciunea, iar când ne-am înapoiat, să ne rugăm înainte de a sta jos”.

În ce loc putem să ne rugăm?

În ce privește locul unde trebuie să facem rugăciunea, este de știut că, pentru cel ce se roagă bine, orice loc este potrivit: „În orice parte se aduc jertfe de tămâie pentru numele Meu” [*Maleahi* 1, 11] și „Vreau deci ca bărbații să se roage în tot locul” [*1 Timotei* 2, 8]. Mântuitorul S-a rugat în templu și în sinagogă, în loc pustiu și în munți, în foișor și în grădina Ghetsimani, pe cruce și în alte locuri. Iacob Patriarhul își făcea rugăciunea pe câmp. Daniil Prorocul, în groapa cu lei, Sfinții Apostoli Pavel și Sila, în temniță, unde culcați și încătușați în lanțuri au zguduit închisoarea din temelii [*Faptele Apostolilor* 16, 25-26]. Dumnezeu primește să I se grăiască în tot locul [*Faptele Apostolilor* 17, 24], după cum amintește Mântuitorul femeii samarinence [*Ioan* 4, 23]. Deci ne putem ruga oriunde. Dumnezeu nu ține seama de niciun fel de loc, pentru că El cere doar inimă cucernică⁵⁰.

⁵⁰ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia IV la Ana*, 6, trad. fr., vol. V, p. 514 și *Omilia despre crucea bunului tâlhar*, trad. fr., vol. II, p. 223.



*Dar nu este oare vreun loc hotărât
pentru rugăciune?*

Da, este un asemenea loc, hărăzit numai rugăciunii, este biserica, sau casa lui Dumnezeu: „Casa Mea, casă de rugăciune se va chema” [Matei 21, 13].

Domnul nostru Iisus Hristos Se duce să Se roage în templu și în sinagogă, iar creștinii în vremea prigoanelor se duceau în peșteri, la casele lor de rugăciune, chiar primejduindu-și viața. Rugăciunea făcută în biserică, în loc sfințit, unde tot ce ne înconjoară ne îndeamnă la uitarea grijilor zilnice și la evlavie, are mai multă putere. Rugăciunile făcute în biserică sunt negreșit mai bine primite, fiindcă aici nu suntem singuri. Sfinții, ale căror icoane sunt zugrăvite pe pereți, ne întovărășesc în rugăciune și duc la picioarele Celui Preaînalt rugile noastre [Apocalipsa 5, 8; 8, 4]. Aici „și puterile îngerești sunt de față la adunările credincioșilor și e de față însăși puterea Domnului și Mântuitorului nostru și, pe lângă aceasta, și duhul sfinților, și cred că și al celor mai de demult adormiți, precum și desigur al acelor care mai sunt încă în viață...”⁵¹. Biserica este locul de rugăciune căruia i se

⁵¹ ORIGEN, *Despre rugăciune*, XXXI, 5, trad. pr. prof. T. Bodogae, în: *PSB* 7, Ed. IBMBOR, București, 1982, p. 286.



potrivește, fără îndoială, făgăduința Mântuitorului: „Unde sunt doi sau trei adunați în numele Meu, acolo sunt și Eu în mijlocul lor” [Matei 18, 20]. Deci, cei ce zic că nu este nevoie să mergem să ne rugăm în biserică, deoarece lumea întreagă este Biserica lui Dumnezeu, nu numai că greșesc, dar nici nu știu ce este rugăciunea. Pentru că omul de bună credință, care se roagă mult și stăruitor și în alt loc, unul ca acela se va duce negreșit și la biserică.

Dar despre singurătate, ca loc de rugăciune, ce se poate spune?

Într-adevăr și singurătatea este un loc foarte prielnic pentru rugăciune.

Sfinții din pustie, marii Dascăli ai rugăciunii, s-au rugat mai mult și mai ales în singurătate, după pilda dată de Însuși Mântuitorul, Care de multe ori Se ruga în locuri singuratice, în pustie [Luca 5, 16], în munți – mai ales în Muntele Măslinilor [Luca 22, 39]. Singurătatea însă nu înseamnă numaidecât pustie, ci și loc retras, o încăpere unde să poți face rugăciunea în liniște. Despre un asemenea loc grăiește Evanghelia când zice: „Tu însă, când te rogi, intră în cămara ta și, închizând ușa,



roagă-te Tatălui..." [Matei 6, 6]. În singurătate, adică departe de tulburarea lumii, rugăciunea se poate face mai bine. Peștele scapă de mreaja pescarului ascunzându-se în gropile cele mai ferite; așa și omul care vrea să scape, când se roagă, de ispitele satanei, să fugă în singurătate, zice Sfântul Efrem Sirul.

Ce trebuie să cerem de la Dumnezeu în rugăciune?

În rugăciunile noastre către Dumnezeu, trebuie să cerem mai întâi cele ce sunt spre slava lui Dumnezeu și ajută mântuirii sufletelor noastre.

Să cerem cele ce sporesc mărirea lui Dumnezeu și ajută mântuirii sufletelor noastre: „Căutați mai întâi împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui, și toate acestea [adică mâncarea, băutura și îmbrăcămintea] se vor adăuga vouă” [Matei 6, 33]. Sau, cu alte cuvinte: „Cereți în rugăciunile voastre ca să obțineți lucruri cerești și netrecătoare, pentru ca, primindu-le ca atare, să moșteniți Împărăția cerului și să vă bucurați de cele mai mari bunuri. Iar cele pământești și mici de care aveți nevoie pentru trebuințele trupului, vi le va da Tatăl pe deasupra, în măsura trebuitoare”⁵².

⁵² ORIGEN, *Despre rugăciune*, XIV, PSB 7, p. 229.



„Cereți bunătățile viitoare și veți primi bunătățile de acum. Nu doriți lucrurile de aici, căci le veți avea negreșit”⁵³. Cel ce caută bunătăți cerești dobândește negreșit și pe cele pământești. Împăratul Solomon a cerut înțelepciune, spre a cârmui bine poporul Israel, iar Dumnezeu i-a dat nu numai înțelepciune, ci și prisos de bunătăți pământești [3 Regi 3, 7-13]. Deci trebuie să ne rugăm pentru cele trebuincioase vieții, atât pentru noi, cât și pentru alții, dar să ținem seama ca nu cumva să cerem lucruri care să privească relele noastre înclinări, că Dumnezeu nu ascultă asemenea rugăciuni [Iacov 4, 3]. Cine cere lui Dumnezeu bogăție, dregătorii, slavă deșartă ori altele de acest fel, nu caută mărirea lui Dumnezeu, ci lucruri trecătoare; acela înjosește pe Dumnezeu, Domnul și Stăpânul, la treapta de slujitor al poftelor lui, al zgârceniei lui, al vieții lui desfrânate. Cum ar putea să-l asculte Dumnezeu⁵⁴? „Să nu cerem de la Dumnezeu ce vrem noi, ci ce vrea El”⁵⁵.

Ce se înțelege prin rugăciunea obștească sau rugăciunea Bisericii?

Prin rugăciunea obștească sau rugăciunea Bisericii se înțelege acel fel de rugăciune făcută în numele Bisericii

⁵³ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia XXII la Matei*, trad. fr., vol. IV, p. 184.

⁵⁴ Sf. IOAN GURĂ DE AUR, *Omilia XIX la Matei*, trad. fr., vol. III, p. 167.

⁵⁵ EVAGRIE MONAHUL, *Cuvânt despre rugăciune*, în: *Filocalia*, 1, p. 79.



din porunca ei, potrivit năzuințelor ei și după rânduieii întocmite de ea.

Spre deosebire de rugăciunea particulară, pe care fiecare o poate aduce lui Dumnezeu, Biserica are rugăciune comună [obștească], adică la care iau parte toți credincioșii.

Care sunt foloasele acestui fel de rugăciune?

Rugăciunea Bisericii, adică rugăciunea obștească, care se săvârșește de Biserică prin preoții ei, are un folos neprețuit.

Unindu-ne la rugăciune toți credincioșii, în biserică, avem nădejdea neclintită că Mântuitorul este în mijlocul nostru, rugându-Se pentru noi și cu noi, după cum a făgăduit: „Dacă doi dintre voi se vor învoi pe pământ în privința unui lucru pe care îl vor cere, se va da lor de către Tatăl Meu, Care este în ceruri. Că unde sunt doi sau trei adunați în numele Meu, acolo sunt și Eu în mijlocul lor” [Matei 18, 19-20]. Pe de altă parte, acest fel de rugăciune mărturisește dragostea care unește inimile credincioșilor și dă sfintei slujbe o înfățișare mai sărbătorească. Ea este semnul văzut al unirii, care face din toți fiii Bisericii un singur trup,



dând mai multă putere și mai mare lucrare rugăciunilor, fiindcă râvna unora împlinește lipsurile altora. Credincioșii adunați în biserică la rugăciune arată unii față de alții mai multă dragoste, prin adâncă cinstire pe care o dau sfintei slujbe. În sfârșit, adunarea laolaltă pentru rugăciune a creștinilor seamănă cu o tabără de luptă gata să înfrunte cu bărbăție năvala iadului.

Ce este biserica, privită ca locaș de rugăciune?

Biserica este locașul sfânt, obștesc [public] în care se preamărește Dumnezeu, se săvârșește Taina Sfintei Jertfe a lui Hristos și în care se adună credincioșii spre a se împărtăși din darurile și adevărurile mântuirii, prin slujirile rânduite de Domnul nostru Iisus Hristos.

Dumnezeu nu a îngăduit evreilor să aibă alt templu afară de cel din Ierusalim, adică numai unul singur, din pricina înclinării spre închinarea la idoli. Nu tot așa se petrece lucrul cu creștinii care, îndată ce se adună mai mulți la un loc și vor să-și tocmească viața potrivit legii creștine, zidesc în mijlocul sau în preajma așezării lor și o biserică. Aceasta este „casa lui Dumnezeu, lăcaș sfânt, casă de rugăciune, pe pământ, în care locuiește Cel ce este mai presus de cer, Dumnezeu; lăcaș care



închipuiește răstignirea, îngroparea și învierea lui Hristos”⁵⁶.

*Care sunt începuturile rugăciunii obștești?
Unde se adunau cei dintâi creștini ca să
săvârșească Taina Sfintei Jertfe a lui Hristos?*

Sfinții Apostoli și cei dintâi creștini se adunau, la început, să săvârșească Taina Sfintei Jertfe a lui Hristos în casa unuia dintre ei, iar mai târziu, în biserici anume zidite.

1] Faptele Apostolilor vorbesc de mai multe ori despre cele dintâi adunări ale creștinilor din Ierusalim [*Faptele Apostolilor* 2, 26 ș.u.]. De bună seamă, casa în care Iisus Hristos a săvârșit Cina cea de Taină [*Matei* 26, 18-29] și cea în care se găseau Sfinții Apostoli cu Maica Domnului adunați în ziua Cincizecimii [*Faptele Apostolilor* 1, 13-14; 2, 1-3] au slujit drept model după care s-au zidit celelalte. Foișorul, în care Mântuitorul a săvârșit Cina cea de Taină, era o încăpere mare, iar camera în care se aflau adunați Sfinții Apostoli, când S-a pogorât Sfântul Duh, era o încăpere la catul întâi al unei case. Acestea sunt cele dintâi biserici creștine. Asemenea biserici prin case aflăm în Troia, la catul al treilea al unei case [*Faptele Apostolilor* 20, 6-8]; la

⁵⁶ *Tâlcuirea Liturghiei*, Iași, 1697, fila 45.



Roma, în casa negustorilor creștini Acvila și Priscila [Romani 16, 5]; la Colose, în casa lui Nimfas [Coloseni 4, 15]; în casa lui Filimon [Filimon 1, 2] și altele.

2] Pe măsură ce credința creștină se răspândea, în localitățile în care se aflau mulți creștini se ridicau și biserici anume zidite [Faptele Apostolilor 11, 26]. În veacul al doilea se zidesc biserici mai pretutindeni. Multe din ele au scăpat nedărmate de prigoane și, după mărturisirea Sfântului Iustin [† 163], într-unul din aceste locașuri se adunau creștinii duminica dimineăța. Acolo însă unde prigoana era fără îndurare, creștinii își făceau locașuri pentru rugăciune și pentru săvârșirea Sfintei Liturghii la mormintele Sfinților Mucenici, în peșteri și în catacombe. De aici a rămas obiceiul de a se zidi biserici pe mormintele Sfinților Mucenici și, unde nu se află asemenea morminte, să se așeze Sfinte moaște în piciorul Sfintei Mese din altarul bisericii.

Pe ce vreme se adunau creștinii la rugăciunea Bisericii în timpul prigoanelor și cu ce luminau locașurile de rugăciune?

Pe vremea prigoanelor, ca și în timpul Sfinților Apostoli, creștinii se adunau la Sfânta Liturghie fie în zorii



zilei⁵⁷, fie în liniștea nopții, iar locașurile în care se adunau erau luminate cu lumânări.

Încăperea în care ținea Sfântul Apostol Pavel adunarea la Troa era luminată cu multe făclii [*Faptele Apostolilor* 20, 8]. Adunările din catacombe și din peșteri vor fi fost luminate negreșit cu lumânări, pentru că, pe lângă candela cu untdelemn, iluminatul cu lumânări era cel mai obișnuit în vremea aceea. Biserica a păstrat până astăzi în biserici, la Sfintele Slujbe, iluminatul cu lumânări, pe lângă candelile cu untdelemn; și, între puținele lucruri îngăduite să stea pe Sfânta Masă în altar, se află, neapărat, cel puțin o lumânare, care se aprinde când se slujește Sfânta Liturghie. Lumânarea aceasta din ceară curată înseamnă darul Sfântului Duh pe care îl primim în timpul Sfintei Liturghii și al Jertfei care se aduce pentru toți⁵⁸. Ea închipuie și pe Dumnezeu-Omul, Izvorul vieții și al luminii, Care ne-a luminat prin Evanghelia Sa.

⁵⁷ PLINIUS CEL TÂNĂR, *Scrisoarea nr. 95 sau 97 către împăratul Traian*, c. 111-113.

⁵⁸ Sf. SIMEON AL TESALONICULUI, *Voroavă...*, cap. 134, p. 186.



După ce au încetat prigoanele și Biserica a dobândit pacea, unde s-a slujit Sfânta Liturghie?

După ce prigoanele au încetat și Biserica a dobândit pacea, adică din vremea împăratului Constantin cel Mare [313] și până astăzi, Sfânta Liturghie se slujește în chip obișnuit numai în biserici anume zidite, pe o Sfântă Masă [sau Jertfelnic] așezată în mijlocul Altarului.

Drepții din Vechiul Testament făceau altarul de jertfă dintr-o grămadă de pietre [*Ieșirea* 20, 24-26]. Noe a făcut unul când a ieșit din corabie și tot așa au făcut și Avraam, Isaac, Iacov și Moise în felurite împrejurări. În Templul din Ierusalim erau două altare: unul al arderilor de tot, așezat în tinda Templului, altul, pentru ars tămâie, așezat în Sfânta Sfintelor.

LOCURI SCRIPTURISTICE DESPRE RUGĂCIUNE*

Rugăciunea este poruncită. *Isaia* 55, ₆; *Plângerile lui Ieremia* 3, ₄₁; *Matei* 7, ₇₋₁₁; *Luca* 11, ₉₋₁₃; *Luca* 18, ₁; *Filipeni* 4, ₆; *Coloseni* 4, ₂; *1 Tesaloniceni* 5, ₁₇; *1 Timotei* 2, ₈.

Cui trebuie a ne adresa:

către Dumnezeu. *Psalzii* 5, ₂; 29, ₈; 64, ₂; 141, ₁; *Efeseni* 3, ₁₄.

către Dumnezeu Tată al nostru. *Matei* 6, ₉; *Luca* 11, ₂; *Romani* 8, ₁₅; *Galateni* 4, ₆; *1 Petru* 1, ₁₇.

* Trimiterile către locurile scripturistice în care este surprinsă tema „Rugăciunii” au fost elaborate pe baza volumelor: *Concordanță biblică tematică* (ediție revăzută de Pr. Vasile Dogaru și Pr. Neculai Dorneanu, Ed. TRINITAS, Iași, 2000) și *Concordanță biblică* (autori Pr. Ioan Buta, Pr. Ioan-Eugen Buta, Prof. Nicolae-Marcel Buta, Ed. BASILICA, București, 2018).



către Hristos. *Luca* 23, ⁴²; *Faptele Apostolilor* 7, ⁵⁹; 2 *Tesaloniceni* 2, ^{16, 17}; 2 *Timotei* 4, ²².

în numele lui Hristos. *Psalmii* 83, ⁹; *Daniel* 9, ¹⁷; *Ioan* 14, ¹³⁻¹⁴; 15, ¹⁶; 16, ²³⁻²⁴.

Dumnezeu:

știe de ce avem trebuință. *Matei* 6, ^{8, 23}; *Luca* 12, ³⁰.

ascultă rugăciunea. *Psalmii* 9, ³⁷; 17, ⁸; 33, ¹⁴; 1 *Petru* 3, ¹²; *Psalmii* 64, ²; 65, ¹⁸.

ia aminte =. *Iov* 33, ²⁶; *Psalmii* 16, ⁶; 31, ⁶; 90, ¹⁵; 98, ⁷; 117, ⁵; 119, ¹; 137, ³; 144, ¹⁹; *Pildele lui Solomon* 15, ²⁹; *Isaia* 30, ¹⁹; 65, ²⁴; *Ieremia* 29, ¹². Vezi: ***Rugăciunea îndeplinită.***

ascultă rugăciunea făcută în numele lui Hristos. *Ioan* 14, ^{13, 14}; 15, ¹⁶; 16, ^{23, 24}.

este aproape de cei care-L cheamă. *Psalmii* 144, ¹⁸.

este bun și milostiv către cei care-L cheamă. *Ezdra* 8, ²²; *Plângerile lui Ieremia* 3, ²⁵.

Sfântul Duh:

e făgăduit ca Duh al rugăciunii. *Zaharia* 12, ¹⁰.

ne învață a ne ruga. *Efesenii* 6, ¹⁸; *Iuda* ²⁰.



ajută neputinței noastre în rugăciune. *Romani* 8, ^{25, 26}.
ne îndeamnă la rugăciune. *Romani* 8, ¹⁵; *Galateni* 4, ⁶.

Rugăciunea trebuie a se face:

cu credință. *Matei* 21, ²²; *Marcu* 11, ²⁴; *Evrei* 11, ⁶;
Iacob 1, ⁶.

cu credință neclătinată. *Evrei* 10, ²².

cu nădejde în Dumnezeu. *Psalmii* 4, ³; 54, ¹⁸; 55, ⁹;
1 *Ioan* 5, ¹⁴.

cu îndrăzneală. *Evrei* 4, ¹⁶.

fără a ține minte răul. *Matei* 5, ^{23, 24}.

cu duhul iertării. *Matei* 5, ^{23, 24}; 6, ¹²; *Marcu* 11, ²⁵.

din toată inima. *Deuteronomul* 4, ²⁹; *Psalmii* 118, ^{58, 145};
Ieremia 29, ¹³.

cu inimă bine dispusă. *Iov* 11, ¹³.

cu inimă curată. *Evrei* 10, ²²; 2 *Timotei* 2, ²².

întru adevăr. *Psalmii* 144, ¹⁸; *Ioan* 4, ²⁴.

nu din buze viclene. *Psalmii* 16, ¹.

cu curăție. 1 *Timotei* 2, ⁸.

fără îngâmfare. *Matei* 6, ^{5, 6}.



fără multă vorbire. *Matei* 6, ₇; *Ecclesiasticul* 5, _{2, 3}; *Isaia* 58, ₁₃.

cu smerenie. *Facerea* 32, ₁₀; *2 Paralipomena* 7, ₁₄; 33, ₁₂; *Isaia* 26, ₁₆.

cu supunere. *Matei* 26, _{39, 42}; *Luca* 22, ₄₂; *1 Ioan* 5, ₁₄.

cu dorința de a fi ascultați. *3 Regi* 8, ₂₈; *2 Paralipomena* 6, ₁₉; *Psalmii* 4, ₁; 5, ₂; 16, ₁; 26, ₇; 38, ₁₆; 87, ₂; 101, ₂; 107, ₆; 118, ₁₆₉; 141, ₆; 142, ₁.

cu băgare de seamă. *Ecclesiasticul*. 5, ₃.

cu deșteptăciune. *Matei* 26, ₄₁; *Marcu* 13, ₃₃; 14, ₃₈; *Luca* 21, ₃₆; *Efesenii* 6, ₁₈; *Colosenii* 4, ₂; *1 Petru* 4, ₇.

cu zel. *1 Tesaloniceni* 3, ₁₀; *Iacob* 5, ₁₇.

fără a șovăi. *Facerea* 32, ₂₆; *Luca* 11, _{8, 9}; 18, ₁₋₇.

cu stăruință. *Psalmii* 115, ₈; *Romani* 12, ₁₂; *Efesenii* 6, ₁₈; *Colosenii* 4, ₂.

ca să nu cădem în ispită. *Matei* 6, ₁₃; 26, ₄₁; *Marcu* 14, ₃₈; *Luca* 11, ₄; 22, _{40, 46}.

în necaz. *2 Regi* 22, ₇; *Psalmii* 17, ₇; *3 Regi* 8, _{37, 38}; *2 Paralipomena* 7, _{13, 14}; 20, ₉; *Psalmii* 49, ₁₆; 85, ₆; 119, ₁; *Isaia* 26, _{8, 9, 16}; *Iacob* 5, ₁₃. Vezi: ***Rugăciunea în vreme de necaz.***

în vreme de boală. *3 Regi* 8, ₃₇₋₃₉; *2 Paralipomena* 6, _{28, 30}; *4 Regi* 20, _{2, 3}; *Isaia* 38, _{2, 3}; *Psalmii* 6, ₂₋₇; 37, ₁₋₃; 38, ₁₀₋₁₃;



87, ¹⁻⁵; *Ieremia* 17, ¹⁴; *Iacob* 5, ¹³. Vezi: **Boala**.

în ascuns. *Matei* 6, ⁶.

dimineața. *Psalmii* 5, ³; 62, ¹; 87, ¹⁴; 118, ¹⁴⁷; 142, ⁸;
Isaia 26, ⁹.

dimineața și seara. *Psalmii* 54, ¹⁹.

ziua și noaptea. *Psalmii* 54, ¹⁹; 87, ¹; *1 Tesaloniceni* 3, ¹⁰;
1 Timotei 5, ⁵; *2 Timotei* 1, ³.

neîncetat. *Luca* 21, ³⁶; *Faptele Apostolilor* 10, ²;
Efesenii 6, ¹⁸; *1 Tesaloniceni* 5, ¹⁷.

neîntrerupt. *1 Paralipomena* 16, ¹¹; *Psalmii* 104, ⁴.

fără osteneală. *Luca* 18, ¹; *1 Petru* 3, ⁷.

în orice loc. *1 Timotei* 2, ⁸.

în toate. *Filipeni* 4, ⁶.

Rugăciunea trebuie să fie însoțită:

de pocăință. *3 Regi* 8, ^{33, 47}; *2 Paralipomena* 6, ³⁷; 7, ¹⁴;
Ieremia 36, ⁷; *Osea* 14, ³; *Faptele Apostolilor* 8, ²².

de mărturisirea păcatelor. *Judecătorii* 10, ¹⁰; *3 Regi* 8, ⁴⁷; *2 Paralipomena* 6, ³⁷; *Ezdra* 10, ¹; *Neemia* 1, ⁵⁻⁷;
Psalmii 40, ⁴; *Daniel* 9, ²⁰.

de înfrângerea inimii. *Facerea* 18, ²⁷; *2 Paralipomena* 7,



¹⁴; *Isaia* 26, ¹⁶; *Daniel* 9, ⁸.

de lacrimi. *1 Regi* 1, ¹⁰; *Ezdra* 10, ¹; *Neemia* 1, ⁴; *Ieremia* 31, ⁹; *Osea* 12, ⁵.

de post. *Ezdra* 8, ²³; *Neemia* 1, ⁴; *Daniel* 9, ³; *Faptele Apostolilor* 10, ³⁰; 13, ³; 14, ²³; *1 Corinteni* 7, ⁵.

de fapte bune. *Psalmii* 115, ¹⁷; *Efesenii* 1, ¹⁶; *Filipeni* 4, ⁶; *Colosenii* 4, ²; *1 Timotei* 2, ¹.

Rugăciunea spre a implora:

puterea lui Dumnezeu. *1 Paralipomena* 16, ¹¹; *Psalmii* 53, ¹; 67, ²⁹; 78, ¹²; 79, ³; 85, ¹⁵; *Isaia* 16, ⁴; 51, ⁹.

milostivirea lui Dumnezeu. *Neemia* 13, ²²; *Psalmii* 6, ⁴; 24, ⁸; 30, ¹⁶; 32, ²¹; 50, ¹; 68, ¹⁶; 84, ⁷; 118, ⁷⁶.

iertarea păcatelor. *Iov* 7, ²¹; *Psalmii* 24, ^{7, 19}; 38, ⁸; 50, ^{1-3, 8, 10}; *Osea* 14, ³; *Matei* 6, ¹²; *Luca* 11, ⁴.

compătimirea lui Dumnezeu. *Psalmii* 4, ¹; 24, ⁶; 26, ⁷; 29, ¹⁰; 39, ¹⁵; 56, ¹; 66, ¹; 68, ¹⁶; 85, ¹⁶; 115, ⁴⁻⁶; 118, ^{58, 77}; 122, ³; *Isaia* 33, ²; *Avacum* 3, ².

binecuvântări temporale. *Facerea* 28, ^{20, 21}; *1 Paralipomena* 4, ¹⁰; *Psalmii* 117, ²⁵; *Neemia* 1, ¹¹; *Pildele lui Solomon* 30, ⁸; *Zaharia* 10, ¹; *Matei* 6, ¹¹; *Luca* 11, ³; *Filipeni* 4, ⁶.



binecuvântări spirituale. *3 Regi* 3, ⁹; *Psalmii* 6, ⁴; 30, ¹⁶; 50, ¹⁰; 79, ^{8, 18}; 85, ³⁻⁴; 89, ¹⁸; 118, ³⁹; *Matei* 6, ³³; *1 Tesaloniceni* 3, ¹²; *Evrei* 4, ¹⁶; *Iacob* 1, ⁵.

Rugându-vă nădăduiți în:

milostivirea lui Dumnezeu. *Numerii* 14, ^{18, 19}; *3 Regi* 3, ⁶; *Psalmii* 24, ⁵; 68, ¹⁶; 108, ²⁰; 50, ¹; *Ieremia* 32, ¹⁸; *Daniel* 9, ^{4, 18}.

făgăduințele lui Dumnezeu. *Facerea* 32, ⁹⁻¹²; *Ieșirea* 32, ¹³; *2 Regi* 7, ²⁵⁻²⁹;

3 Regi 8, ^{25, 26}; *2 Paralipomena* 6, ¹⁷; *Neemia* 1, ⁸⁻¹⁰; *Psalmii* 88, ⁴⁹; 118, ^{49, 170}; *Isaia* 63, ¹⁵.

legea lui Dumnezeu. *3 Regi* 8, ²³; *Neemia* 9, ³²; *Ieremia* 14, ²¹; *Daniel* 9, ⁴.

credincioșia lui Dumnezeu. *3 Regi* 8, ²⁴; *Psalmii* 88, ⁴⁹; 142, ¹.

dreptatea lui Dumnezeu. *Facerea* 18, ²³⁻³²; *Daniel* 9, ¹⁶.

slava lui Dumnezeu. *Ieșirea* 32, ^{11, 12}; *Numerii* 14, ¹³⁻¹⁷; *Deuteronomul* 9, ^{28, 29}; *Iosua* 7, ⁷⁻⁹; *3 Regi* 18, ^{36, 37}; *1 Paralipomena* 16, ³⁵; *Psalmii* 24, ¹²; 30, ³; 37, ¹⁷⁻²⁰; *Ioil* 2, ¹⁷.

Domnul ne învață a ne ruga. *Iov* 37, ¹⁹; *Luca* 11, ¹.

rugăciunea către care Dumnezeu pleacă urechea.



3 Regi 8, ²⁸; 2 Paralipomena 6, ¹⁹; Psalmii 5, ^{1,2}; 27, ^{1,2}; 35, ²; 54, ¹; 60, ¹; 83, ⁹; 85, ¹; 101, ^{1,2}; 118, ¹⁴⁹; 139, ⁶; 142, ¹.

Îndemnuri pentru rugăciune:

Dumnezeu promite a asculta rugăciunea. 2 Paralipomena 7, ¹⁴; Psalmii 49, ¹⁶; 90, ¹⁵; Isaia 58, ⁹; 65, ²⁴; Ieremia 29, ¹²; 33, ³; Amos 5, ⁵; Zaharia 3, ⁷.

Hristos promite că Dumnezeu va asculta rugăciunea. Matei 7, ⁷⁻¹¹; Luca 11, ^{9,13}; Ioan 16, ^{23,24}.

Hristos promite a asculta rugăciunea. Ioan 14, ^{13,14}; 15, ⁷.

Bunătatea de părinte a lui Dumnezeu. Matei 7, ⁹⁻¹¹; Luca 11, ¹¹⁻¹³.

Aducerea aminte de bunătățile de mai înainte. Neemia 9, ²⁷; Psalmii 4, ¹; 16, ⁶; 21, ²⁸; 55, ¹³; 115, ²; 137, ³; 1 Ioan 5, ¹⁵.

Dumnezeu e bogat pentru cei ce-L cheamă. Romani 10, ¹².

Credincioșilor le place rugăciunea. Psalmii 72, ²⁷; 41, ²; 83, ².

Rugăciunea dreptului are mare putere. Iacob 5, ¹⁶.

Rugăciunea dreptului e plăcută lui Dumnezeu. Pildele lui Solomon 15, ^{8,29}.



Chemați pe Cel veșnic cu toate că este aproape de voi.
Psalmii 55, 6.

Cine va chema numele lui Dumnezeu, se va mântui.
Fapt 2, 21; *Romani* 10, 13.

Căutați-Mă și veți fi vii. *Amos* 5, 4-6.

Puterea rugăciunii. *Facerea* 18, 23-32; *Ieșirea* 17, 11; 33, 11-17; *Psalmii* 105, 23; *Iacob* 5, 17-18.

Vezi: ***Rugăciunea îndeplinită.***

Rugăciunea celui rău:

e fățarnică. *Psalmii* 77, 36, 37; *Matei* 6, 5; 23, 14; *Marcu* 12, 40; *Luca* 20, 47.

nu e din inimă, ci din gură. *Osea* 7, 14; *Matei* 15, 8; *Marcu* 7, 6; *Isaia* 29, 13.

e plină de îngâmfare. *Matei* 6, 5.

e plină de conștiința pretensei dreptăți. *Luca* 18, 11.

e cuvânt deșert. 3 *Regi* 18, 26; *Ecclesiasticul* 5, 2, 3; *Isaia* 58, 13; *Matei* 6, 7.

are în vedere numai bunuri trecătoare. *Osea* 7, 14; *Matei* 6, 22; *Luca* 12, 30.

e lungă din interes. *Matei* 23, 14; *Marcu* 12, 40; *Luca* 20, 47.



nu e ascultată. *Isaia* 1, ¹⁵; *Ieremia* 11, ^{11, 14}; 14, ¹²; *Iezechiel* 8, ¹⁸; *Miheia* 3, ⁴; *Ioan* 9, ³¹. Vezi: ***Rugăciunea îndeplinită.***

e urăciune înaintea lui Dumnezeu. *Pildele lui Solomon* 15, ⁸; 21, ²⁷; 28, ⁹; *Isaia* 1, ¹¹⁻¹⁵; *Ieremia* 6, ²⁰; *Osea* 8, ¹³; *Am* 5, ²¹.

cel rău nu se roagă. *Iov* 15, ⁴; 21, ¹⁵; 27, ¹⁰; *Psalmii* 13, ⁴; 52, ⁶; 78, ⁶; *Isaia* 43, ²²; *Ieremia* 10, ²⁵; *Osea* 7, ^{7, 11}.

Rugăciunea este:

vorbire cu Dumnezeu. *Psalmii* 5, ³.

apropiere de Dumnezeu. *1 Regi* 14, ³⁷; *Psalmii* 72, ²⁸; *Isaia* 58, ²; *Efesenii* 3, ¹²; *Evrei* 10, ²².

căutarea lui Dumnezeu. *Iov* 8, ⁵; *Psalmii* 62, ¹; 77, ³⁸; 118, ²; *Isaia* 55, ⁶.

A se ruga înseamnă:

a căuta fața lui Dumnezeu. *1 Paralipomena* 16, ¹¹; *Psalmii* 26, ⁸; 104, ⁴.

a se apropia de Dumnezeu. *Efesenii* 2, ¹⁸.

a chema pe Dumnezeu. *1 Paralipomena* 4, ²⁰; 21, ²⁶; *Psalmii* 16, ⁶; 117, ⁵; *Isaia* 55, ⁶.



a chema numele lui Dumnezeu. *Facerea* 12, ⁸; *Deuteronomul* 32, ³; *Psalmii* 104, ¹; 115, ⁴; *Fapt* 2, ²¹.

a striga către Dumnezeu. *Deuteronomul* 26, ⁷; *1 Regi* 7, ⁹; *2 Regi* 22, ⁷; *Psalmii* 3, ⁴; 17, ⁷; 27, ¹; 33, ¹⁶; 54, ¹⁸; 56, ³; 87, ¹; 137, ³; *Iona* 3, ⁸.

a ruga pe Dumnezeu. *4 Regi* 13, ⁴; *2 Paralipomena* 33, ¹³; *Psalmii* 118, ⁵⁸; 140, ¹; 141, ¹; 142, ¹; *Maleahi* 1, ⁹.

a cere harul. *Deuteronomul* 3, ²³⁻²⁴; *Iov* 8, ⁵; *Osea* 12, ⁵.

a înălța sufletul către Dumnezeu. *Psalmii* 24, ¹; 85, ³; 142, ⁶; *Plângerile lui Ieremia* 2, ¹⁹.

a pleca genunchii. *Efesenii* 3, ¹⁴.

Poziția corpului în timpul rugăciunii:

ridicarea mâinilor. *2 Paralipomena* 6, ¹³; *Ezdra* 9, ⁵; *Psalmii* 27, ²; *Plângerile lui Ieremia* 2, ¹⁹; *1 Timotei* 2, ⁸.

plecarea genunchilor. *3 Regi* 8, ⁵⁴; *2 Paralipomena* 6, ¹³; *Ezdra* 9, ⁵; *Psalmii* 94, ⁶; *Daniel* 6, ¹¹; *Luca* 22, ⁴¹; *Faptele Apostolilor* 9, ⁴⁰; 20, ³⁶.

prosternarea. *Ieșirea* 34, ⁸; *2 Paralipomena* 29, ^{29,30}; 20, ¹⁸; *Ezdra* 10, ¹; *Psalmii* 28, ²; 94, ⁶; *Mihei* 6, ⁶.

cădere cu fața la pământ. *Facerea* 17, ³; 24, ⁵²; *Numerii* 16, ²²; *Iosua* 7, ¹⁰; *1 Paralipomena* 21, ¹⁶.



2 Paralipomena 20, ¹⁸; Neemia 8, ⁶; Matei 26, ³⁹.

rugăciunea înfățișată în exemplele: Prietenul stăruitor. Luca 11, ⁵⁻⁸. Văduva stăruitoare. Luca 18, 1-5. Vameșul și fariseul. Luca 18, ⁹⁻¹⁴.

Modele de rugăciune: Rugăciunea domnească. Matei 6, ⁹⁻¹³; Luca 11, ²⁻⁴. Rugăciunea lui Solomon. 3 Regi 8, ²²⁻⁵³; 2 Paralipomena 6, ¹³⁻⁴². Rugăciunea lui Neemia. Neemia 1, ⁵⁻¹¹. Rugăciunea Leviților. Neemia 9, ⁵⁻³⁸. Rugăciunea lui David. Psalmii 16, 24, 54, 68, 85, 142. Rugăciunea lui Moise. Psalmii 89. Rugăciunea lui Agar. Pildele lui Solomon 30, ⁷⁻⁹. Rugăciunea lui Daniel. Daniel 9, ⁴⁻¹⁹.

Exemple: Rugăciunea celor convertiți la Hristos. Matei 8, ²; 8, ⁵⁻⁸; 8, ²⁵; 9, ²⁷; 15, ²²; 17, ¹⁴⁻¹⁶; 20, ³⁰⁻³³; Marcu 1, ⁴⁰; 9, ²²; 10, ⁴⁷⁻⁵¹; Luca 5, ¹²; 9, ³⁸⁻⁴⁰; 17, ⁵; 17, ¹³; 18, ³⁸⁻⁴¹; 23, ⁴²; Ioan 4, ⁴⁹; Faptele Apostolilor 7, ^{59, 60}; 9, ⁶.

RUGĂCIUNEA DE OBȘTE

Rugăciunea făcută în vreme de nenorociri. Ioil 1, ¹⁴; 2, ¹⁵.

Rugăciunea e plăcută lui Dumnezeu. 3 Regi 9, ³; Isaia 56, ⁷.

Dumnezeu promite a asculta rugăciunea. 3 Regi 8, ²⁹; 2 Paralipomena 7, ¹⁴⁻¹⁶.



Hristos:

mergea să Se roage. *Matei* 12, ₉; *Marcu* 1, ₂₁; 3, ₁;
Luca 4, ₁₆.

a promis să fie la rugăciune. *Matei* 18, ₂₀.

a promis că Dumnezeu va asculta rugăciunea.
Matei 18, ₁₉.

Credincioșii:

iau parte la rugăciune. *Psalmii* 41, ₄; 83, ₁₋₅; 121, ₄;
131, ₇.

îndeamnă pe alții a lua parte la rugăciune. *1 Paralipomena* 16, ₂₉; 29, ₂₀; *Psalmii* 28, ₂; 94, ₆; 98, ₅; *Zaharia* 8, ₂₁.

Rugăciunea trebuie să se facă:

în limbă înțeleaptă de toți. *1 Corinteni* 14, ₁₃₋₁₆.

fără cuvinte de prisos. *Matei* 6, ₇; *Psalmii* 5, ₂.

Varsă mânia Ta peste neamurile care nu Te cunosc
și peste împărățiile care n-au chemat numele Tău.
Psalmii 78, ₆; *Ieremia* 10, ₂₅.

Exemple: **Iosua Navi.** *Iosua* 7, ₆₋₉; **Solomon.** *3 Regi* 8, ₂₂₋₅₃; *2 Paralipomena* 6, ₁₃₋₄₂; **David.** *1 Paralipomena* 21, ₂₆; 29, ₁₀₋₁₉; **Iudeii.** *1 Paralipomena* 21, ₂₆; 29, ₁₀₋₁₉; **Iudeii.**



1 Paralipomena 21, ²⁰; Neemia 8, ⁶; Luca 1, ¹⁰. Ioasafat.
2 Paralipomena 20, ⁵⁻¹²; Ezdra. Ezdra 9, ⁵⁻¹⁵. Leviții.
Neemia 9, ⁵⁻³⁸. Primii creștini. Fapt 2, ⁴²; 4, ²⁴⁻³⁰. Petru și
Ioan. Faptele Apostolilor 3, ¹. Apostolii. Faptele Aposto-
lilor 13, ³; 14, ²³. Pavel. Faptele Apostolilor 16, ^{10, 16}; 22, ¹⁷.

RUGĂCIUNEA ÎN ASCUNS

(vezi: Rugăciunea pentru ajutor)

Rugăciunea este poruncită. Matei 6, ⁶; Iacob 5, ¹³.

Hristos se retrăgea pentru rugăciune. Matei 14, ²³;
26, ³⁶; Marcu 1, ³⁵; 6, ⁴⁶; 14, ³²; Luca 5, ¹⁶; 6, ¹²; 9, ^{18, 29}; 11,
¹; Ioan 6, 15.

Rugăciunea trebuie a se face:

dimineața. Psalmii 5, ³; 62, ¹; 87, ¹⁴; 118, ¹⁴⁷.

seara, dimineața și la amiază. Psalmii 54, ¹⁹;
Daniel 6, ^{11, 14}.

ziua și noaptea. Psalmii 54, ¹⁹; 87, ¹; 1 Tesaloniceni 3, ¹⁰;
2 Timotei 1, ³.

neîncetat. Psalmii 85, ³; Luca 18, ¹; 21, ³⁶; 1 Tesaloniceni 5, ¹⁷.



fără șovăire. *Psalmii* 115, ₂; *Romani* 12, ₁₂; *Efesenii* 6, ₁₈; *Colosenii* 4, ₂.

Exemple: **Avraam.** *Facerea* 12, ₈; 21, ₃₃. **Lot.** *Facerea* 19, ₂₀. **Eliezer.** *Facerea* 24, ₁₂. **Isaac.** *Facerea* 24, ₆₃. **Iacov.** *Facerea* 32, _{9-12, 24-29}. **Ghedeon.** *Judecătorii* 6, ₃₆₋₃₉. **Manoe.** *Judecătorii* 13, ₈. **Ana.** *1 Regi* 1, ₁₀; 2, ₁. **Iezechia.** *4 Regi* 20, _{2, 3}. *Isaia* 38, _{2, 3}. **Neemia.** *Neemia* 2, ₄. **Ieremia.** *Ieremia* 32, ₁₆₋₂₅. **Daniel.** *Daniel* 6, ₁₀₋₁₃; 9, ₃₋₁₉. **Iona.** *Iona* 2, ₂. **Avacum.** *Avacum* 1, ₂; **Ana prorocița.** *Luca* 2, ₃₇. **Saul din Tars.** *Faptele Apostolilor* 9, ₁₁; 22, ₁₇; **Petru.** *Faptele Apostolilor* 10, ₉. **Cornelie.** *Faptele Apostolilor* 10, _{2, 30}.

RUGĂCIUNEA ÎNDEPLINITĂ

= de Dumnezeu. *Psalmii* 6, ₉; 16, ₆; 33, ₄; 65, ₁₉; 98, ₆; 117, ₅; 119, ₁; 137, ₃.

= de Hristos. *Ioan* 14, _{13, 14}; 15, ₇.

Rugăciunea este ascultată:

câteodată imediat. *Psalmii* 3, ₄; 137, ₃; *Isaia* 30, ₁₉; 65, ₂₄; *Plângerile lui Ieremia* 3, ₅₇; *Daniel* 9, ₂₁₋₂₃; 10, ₁₂.

câteodată mai târziu. *Psalmii* 39, ₁; 129, ₅; *Marcu* 7, ₂₇₋₃₀; *Luca* 18, ₇; *Evrei* 6, ₁₅.



câteodată altfel de cum ne așteptăm. *3 Regi* 8, ¹⁷⁻¹⁹; *1 Paralipomena* 22, ⁷⁻¹⁰; 28, ²⁻⁶; *2 Paralipomena* 6, ⁷⁻⁹; 12, ⁵⁻⁹.

mai presus de așteptare. *3 Regi* 3, ¹¹⁻¹⁴; *2 Paralipomena* 1, ^{11, 12}; *Ieremia* 33, ³; *Efesenii* 3, ²⁰.

Dumnezeu e gata a asculta rugăciunea. *Isaia* 30, ^{18, 19}; *Matei* 7, 11; *Luca* 11, ¹³; *Iacob* 1, ⁵.

Jeluiuri pentru neascultarea rugăciunii. *Iov* 19, ⁷; 30, ²⁰; *Psalmii* 21, ²; 68, ⁴; 79, ⁴; *Plângerile lui Ieremia* 3, ^{8, 44}; *Avacum* 1, ².

Ascultarea rugăciunii e promisă. *2 Paralipomena* 7, ^{14, 15}; *Psalmii* 20, ⁵; *Isaia* 30, ¹⁹; 58, ⁹; *Ieremia* 29, ¹²; 33, ³; *Zaharia* 13, ⁹; *Matei* 7, ⁷⁻⁸; *Luca* 11, ⁹.

Ascultarea rugăciunii e promisă mai ales în necazuri. *Deuteronomul* 4, ²⁹⁻³¹; *2 Paralipomena* 7, ^{13, 14}; 20, ⁹; *Psalmii* 21, ²⁷; 33, ¹⁷; 49, ¹⁶; 90, ¹⁵; *Isaia* 19, ²²; 41, ¹⁷; *Iacob* 5, ¹⁵.

Ascultarea rugăciunii e promisă unde se vor aduna doi sau trei. *Matei* 18, ¹⁹.

Credința este neapărat trebuincioasă pentru ca să ajungem la rugăciune. *Matei* 21, ²⁷; *Marcu* 11, ²⁴; *Evrei* 10, ^{22, 23}; *Iacob* 1, ^{6, 7}.

Orice veți cere cu credință veți primi. *Matei* 21,



²²; *Marcu* 11, ²⁴; *Ioan* 14, ^{13, 14}; 16, ^{23, 24}; *Iacob* 1, ^{5, 6};
1 *Ioan* 3, ^{22, 23}.

Rugăciunea aceluia este îndeplinită, care:

cere cu credință. *Matei* 21, ²²; *Marcu* 11, ²⁴; *Iacob* 5, ¹⁵.

cere în numele lui Hristos. *Ioan* 14, ^{13, 14}; 15, ¹⁶; 16, ^{23, 24}.

caută pe Dumnezeu din toată inima. *Ieremia* 29, ^{12, 13};
2 *Paralipomena* 15, ¹⁵.

cheamă pe Dumnezeu în adevăr. *Psalmii* 144, ¹⁸.

fuge de rău. 2 *Paralipomena* 7, ¹⁴; *Iov* 33, ²⁶; *Isaia* 58, ^{6, 9}.

se întoarce la Dumnezeu. 2 *Paralipomena* 15, ⁴;
Iov 22, ²³⁻²⁷; *Isaia* 19, ²².

e smerit. 2 *Paralipomena* 7, ¹⁴; *Psalmii* 9, 13, ³⁷⁻³⁸.

se teme de Dumnezeu. *Neemia* 1, ¹¹; *Psalmii* 144, ¹⁹.

iubește pe Dumnezeu. *Psalmii* 36, ⁴; 90, ^{14, 15}.

face voia lui Dumnezeu. *Ioan* 9, ³¹; 15, ⁷; 1 *Ioan* 3, ²²; 5, ¹⁴.

rămâne în Hristos. *Ioan* 15, ⁷.

e drept. *Psalmii* 33, ^{14-15, 17}; 1 *Petru* 3, ¹²; *Pildele lui Solomon* 15, ²⁹; *Iacob* 5, ¹⁶.

nădăjduiește în Dumnezeu. *Psalmii* 37, 15; 39, 1-2;
Miheia 7, 7.



cheamă pe Dumnezeu în scârbe și întristare. *Facerea* 35, ₃; *leșirea* 22, ₂₃; *2 Regi* 22, _{4, 7}; *Psalmii* 17, ₆₋₉; *Neemia* 9, ₂; *Psalmii* 6, _{8, 9}; 21, ₂₄; 29, ₂; 33, _{6, 17}; 49, ₁₆; 80, ₆; 85, ₆; 90, ₁₅; 105, ₄₄; 106, _{6, 13, 19}; 117, ₅; 119, ₁; *Isaia* 41, ₁₇; *Iona* 2, ₃.

cheamă pe Dumnezeu în strâmțorare. *leșirea* 3, ₇; 22, _{23, 27}; *Deuteronomul* 26, ₇; *Judecătorii* 3, ₉; 10, ₁₂; *Neemia* 9, ₂₇; *Psalmii* 3, ₄; *Isaia* 19, ₂₀.

cere după voia lui Dumnezeu. *1 Ioan* 5, ₁₄.

Credincioșii:

știu că rugăciunea lor va fi auzită. *Psalmii* 17, ₄; 4, ₃; 6, ₉; 16, ₆; 54, ₁₈; 85, ₆; *1 Ioan* 3, ₂₂; 5, _{14, 15}.

iubesc pe Dumnezeu pentru rugăciune. *Psalmii* 114, ₁.

binecuvântează pe Dumnezeu pentru rugăciune. *Psalmii* 27, ₈; 65, ₁₉; 15, ₇.

Laudă pe Dumnezeu pentru rugăciune. *Psalmii* 117, ₂₁; 137, _{2, 3}.

Rugăciunea trebuie să ne îndemne a ne ruga neîncetat. *Psalmii* 16, ₆; 115, ₂.

Dumnezeu nu ascultă pe cei răi. *Iov.* 35, ₁₂; *Pildele lui Solomon* 1, ₂₈; *Isaia* 1, ₁₅; 58, ₁₋₃; 59, ₂; *Ieremia* 11, _{11, 14}; 14, ₁₂; *Iezechie* 8, ₁₈; *Miheia* 3, ₄; *Zaharia* 7, ₁₃; *Ioan* 9, ₃₁.



Rugăciunea nu se îndeplinește celui care:
cere îndeplinirea poftelor. *Iacob* 4, ₃.

se îndoiește. *Iacob* 1, _{6, 7}.

aduce jertfă nevrednică. *Maleahi* 1, ₇₋₉.

nu ascultă Legea. *Zaharia* 7, ₁₁₋₁₃.

care cugetă rele întru inima sa. *Psalmii* 65, ₁₇.

trăiește în păcat. *Pildele lui Solomon* 15, ₈; *Isaia* 59, ₂;
Ieremia 14, ₁₀₋₁₂; *Ioan* 9, ₃₁.

e fățarnic. *Iov* 27, _{8, 9}; *Isaia* 58, _{3, 5}.

e mândru. *Iov* 35, _{12, 13}; *Iacob* 4, ₆; *1 Petru* 5, ₅.

se pretinde drept. *Luca* 18, _{11, 12, 14}.

nu aude pe cei săraci. *Pildele lui Solomon* 21, ₁₃.

nu aude chemarea lui Dumnezeu. *Pildele lui Solomon* 1, ₂₄₋₂₈; *Zaharia* 7, ₁₃.

părăsește pe Dumnezeu. *Ieremia* 14, ₁₀₋₁₂.

are mâinile pline de sânge. *Isaia* 1, ₁₅.

se închină la alți dumnezei. *Ieremia* 11, ₁₀₋₁₃;
Iezechiel 8, ₁₆₋₁₈.

e vrăjmaș credincioșilor. *2 Regi* 22, _{41, 42}; *Psalmii* 17, ₄₄₋₄₅.

prigonește pe credincioși. *Miheia* 3, ₃₋₄.



Hristos S-a rugat. *Ioan* 11, ^{41,42}; *Evrei*. 3, ⁷ și *Luca* 22, ^{41,43}.

Exemple de rugăciuni îndeplinite.

Rugăciuni în ascuns îndeplinite. Lot. Facerea 19, ¹⁹⁻²¹. *Rahila. Facerea* 30, ^{6,22}. *Iacov. Facerea* 32, ²⁴⁻³⁰; *Osea* 12, ⁵. *Manoah. Judecătorii* 13, ^{8,9}. *Samson. Judecătorii* 15, ^{18,19}. *Ana. 1 Regi* 1, ²⁷. *David. 2 Regi* 22, ⁷; *Psalmii* 3, ⁴; 6, ⁹; 65, ¹⁹; 114, ¹; 137, ³. *Solomon. 3 Regi* 9, ³; *2 Paralipomena* 7, ¹². *Ezechia. 4 Regi* 20, ¹⁻⁵; *Isaia* 38, ¹⁻⁸; *Iabet. 1 Paralipomena* 4, ¹⁰. *Manase. 2 Paralipomena* 33, ^{12,13}. *Ieremia. Plângerile lui Ieremia* 3, ⁵⁵⁻⁵⁷. *Ezechia. Iezechiel* 4, ^{14,15}; *Daniel* 10, ¹⁰⁻¹². *Iona. Iona* 2, ²⁻¹¹. *Leprosul. Matei* 8, ^{2,3}; *Marcu* 1, ⁴⁰⁻⁴¹; *Luca* 5, ^{12,13}. *Bartimeu. Marcu* 10, ⁴⁶⁻⁵²; *Luca* 18, ³⁵⁻⁴³. *Zaharia. Zaharia* 1, ¹³⁻¹⁷. *Tâlharul pe cruce. Luca* 23, ⁴²⁻⁴³. *Corneliu. Faptele Apostolilor* 10, ^{30,31}. *Pavel și Sila. Faptele Apostolilor* 16, ^{25,26}.

Rugăciuni în particular ascultate: Iacov. Facerea 35, ²⁻⁵. *Ezdra. Ezdra* 8, ²¹⁻²³.

Rugăciuni pentru ajutor îndeplinite: Avraam pentru Ismael. Facerea 17, ¹⁸⁻²⁰. *Avraam pentru Sodoma. Facerea* 18, ²²⁻²³. *Avraam pentru Abimelec. Facerea* 20, ¹⁷. *Eliezer pentru Isaac. Facerea* 24, ¹²⁻²⁷. *Isaac pentru*



soția sa. *Facerea* 25, ²¹. Moise pentru Faraon. *Ieșirea* 9, ²⁸⁻³³; 10, ¹⁷⁻¹⁹. Moise pentru Israelii. *Ieșirea* 17, ^{4-6, 11-13}; 32, ¹¹⁻¹⁴; 33, ¹²⁻¹⁷; *Numerii* 11, ²; 14, ¹³⁻²⁰; *Deuteronomul* 9, ¹⁹; 10, ¹⁰; Iosua Navi pentru Israelii. *Iosua* 10, ¹²⁻¹⁴. Samuel pentru Israelii. *1 Regi* 7, ⁵⁻⁹; 12, ¹⁸. Omul lui Dumnezeu pentru Ieroboam. *3 Regi* 13, ⁶. Ilie pentru văduva din Sarepta. *3 Regi* 17, ²⁰⁻²². Ilie pentru secetă și ploaie. *3 Regi* 17, ¹; 18, ^{36-38, 43-45}; *Luca* 4, ²⁵; *Iacob* 5, ^{17, 18}. Isaia pentru Iezechia. *4 Regi* 19, ^{19, 20}; *2 Paralipomena* 32, ²⁰⁻²²; *Isaia* 37, ¹⁵⁻²¹. Iezechia pentru Israelii. *2 Paralipomena* 30, ¹⁸⁻²⁰. David pentru poporul său. *1 Paralipomena* 21, ²⁶. Asa pentru poporul său. *2 Paralipomena* 14, ^{11, 12}. Iov pentru prietenii săi. *Iov* 42, ⁸⁻¹⁰. Moise, Aaron și Samuel. *Psalmii* 98, ⁶⁻⁸. Daniel pentru sine și tovarăși. *Daniel* 2, ¹⁷⁻¹⁹. Daniel pentru Ierusalim. *Daniel* 9, ¹⁶⁻²³. Amos pentru Israel. *Amos* 7, ¹⁻⁶. Sutașul pentru sluga sa. *Matei* 8, ¹³; *Luca* 7, ⁶⁻¹⁰. Cananeeanca pentru fiica sa. *Matei* 15, ²²⁻²⁸. Apostolii. *Faptele Apostolilor* 4, ²⁹⁻³¹. Petru pentru Tavita. *Faptele Apostolilor* 9, ⁴⁰. Biserica Ierusalimului pentru Petru. *Faptele Apostolilor* 12, ^{5, 11}. Pavel pentru Publius. *Faptele Apostolilor* 28, ⁸.

Rugăciuni de obște ascultate. Israelitenii. Ieșirea 2, ²³⁻²⁵; 3, ⁷; *Numerii* 20, ¹⁶; *Deuteronomul* 26, ⁷; *1 Paralipomena* 5, ²⁰; *Neemia* 9, ^{27, 28}. Iosafat și poporul său.



2 Paralipomena 20, ⁵⁻¹⁸. Preoții și leviții. 2 Paralipomena 30, ²⁷. Neemia și poporul. Neemia 4, ⁹⁻²⁰. Preoții și poporul. Ioil 2, ¹⁷⁻²⁰.

Exemple de rugăciuni neîndeplinite: Israelitenii. Deuteronomul 1, ⁴⁵; 1 Regi 8, ¹⁸; 2 Regi 22, ⁴²; Psalmii 17, ⁴⁵; Ieremia 11, ¹¹. Moise. Deuteronomul 3, ²³⁻²⁷. Saul. 1 Regi 28, ^{6, 15}. David. 2 Regi 12, ^{16, 22, 23}. Iosia. 4 Regi 22, ¹⁵⁻²⁰; 2 Paralipomena 34, ²³⁻²⁸. Iov. Iov 19, ⁷; 30, ²⁰. Moab. Isaia 16, ¹². Fiii lui Zevedeu. Matei 20, ²⁰⁻²³. Marcu 10, ³⁵⁻⁴⁰. Pavel. 2 Corinteni 13, ^{8, 9}.

RUGĂCIUNEA ÎN PARTICULAR (vezi: Rugăciunea pentru ajutor.)

Exemple: Avraam. Facerea 12, ^{5, 8}; 13, ⁴. Iacov. Facerea 35, ^{2, 3}. Iosua Navi. Iosua 24, ¹⁵. Iov. Iov 1, ⁵. Ucenicii. Faptele Apostolilor 1, ^{13, 14}; 12, ¹². Corneliu. Faptele Apostolilor 10, ². Apostolii. Faptele Apostolilor 16, ²⁵. Pavel. Faptele Apostolilor 20, ³⁶.



RUGĂCIUNEA ÎN VREME DE NECAZ (vezi: Rugăciunea îndeplinită)

= este o datorie. *2 Regi* 22, ⁷; *2 Paralipomena* 20, ⁹;
Psalmii 49, ¹⁶; 85, ⁶; *Isaia* 26, ^{8, 9, 16}; *Iacob* 5, ¹³.

Rugăciunea în vreme de necaz spre a cere:
apărare de la Dumnezeu. *Neemia* 9, ³²; *Iov* 10, ¹⁵⁻¹⁶;
Psalmii 9, ¹³; 24, ¹⁸; 118, ¹¹⁶; 131, ¹; *Plângerile lui Ieremia*
3, ¹⁹; 15, ¹.

ajutorul lui Dumnezeu. *Psalmii* 21, ^{11, 21}; 24, ¹⁵; 29, ¹⁰; 37, ²²;
39, ¹⁸; 43, ²⁸; 59, ¹²; 85, ¹⁶; 101, ²; 107, ¹³; 118, ¹¹⁶⁻¹¹⁷;
142, ⁷.

mângâiere. *Psalmii* 50, ⁸; 85, ¹⁶; 118, ^{76, 82}.

ușurare. *Psalmii* 6, ²; 38, ¹³.

izbăvire de necazuri. *Psalmii* 6, ⁴; 16, ⁷; 21, ²²⁻²³; 24, ^{18, 21};
30, ^{1, 2, 15}; 38, ¹²; 39, ¹⁸; 43, ²⁸; 68, ¹⁷; 79, ^{2, 3}; 84, ⁷; 117, ²⁵;
142, ¹¹; *Isaia* 33, ²; *Ieremia* 17, ¹⁴.

milostivire. *Psalmii* 6, ⁴; 24, ⁸; 39, ¹⁵; 50, ¹; 68, ¹⁶; 78, ⁸;
84, ⁷; *Daniel* 9, ¹⁸.

iertarea păcatelor. *Psalmii* 24, ^{7, 18}; 38, ¹²; 50, ²; 78, ^{8, 9};
Isaia 64, ⁸.

izbăvire de păcat. *Psalmii* 16, ¹³; 50, ¹⁰.



să fim conduși și învățați de Dumnezeu. *Iov* 34, ³²; *Psalzii* 24, ⁴; 26, ¹⁷; 118, ²⁷; 108; 142, ¹⁰.

să fim îmbărbătați. *Psalzii* 79, ¹⁹; 118, ^{107, 149}; 142, ¹¹.

întoarcerea către Dumnezeu. *Psalzii* 79, ⁸; 84, ⁵⁻⁷; *Ieremia* 31, ¹⁸.

cunoștința cauzelor pentru care suferim. *Iov* 6, ²⁴; 10, ²; 13, ²³.

vindecarea de boli. *4 Regi* 20, ^{2,3}; *Isaia* 38, ^{2,3}; *Psalzii* 6, ²; *Ieremia* 17, ¹⁴.

izbăvire de vrăjmași. *Facerea* 32, ¹¹; *1 Regi* 12, ¹⁰; *2 Regi* 22, ⁴; *4 Regi* 19, ¹⁰; *2 Paralipomena* 20, ¹²; *Psalzii* 3, ⁷; 6, ¹⁰; 7, ¹; 9, ¹³; 16, ^{8,9}; 24, ²⁰; 58, ¹; 63, ¹; 142, ⁹.

Dumnezeu promite a asculta rugăciunea făcută în vreme de necaz. *Psalzii* 49, ¹⁶; 90, ¹⁵; *Isaia* 41, ¹⁷; *Iacob* 5, ¹⁵.

Dumnezeu ascultă rugăciunea făcută în vreme de necaz. *2 Paralipomena* 20, ⁹; 33, ^{12, 13}; *Psalzii* 17, ⁸; 21, ²⁸; 33, ^{6, 16}; 85, ⁸; 106, ^{6, 13, 19, 28}; 114, ⁴⁻⁸; 117, ⁵; 119, ¹.

Rugăciuni în necazuri: Psalzii 5; 6; 7; 30; 34; 37; 40; 42; 43; 53; 54; 55; 56; 58; 59; 63; 68; 69; 70; 73; 78; 79; 82; 85; 87; 93; 101; 119; 122; 136; 139; 140; 141; 142; *Plângerile lui Ieremia* cap. 3.

Exemple: Iisus Hristos în Ghetsimani. *Matei* 26, ³⁶⁻⁴⁴;



Marcu 14, ³²⁻³⁹; *Luca 22,* ⁴¹⁻⁴⁴; *Evrei 5,* ⁷; **Iacov.** *Facerea 32,* ⁷⁻¹³; **Israeliiții.** *Leșirea 2,* ²³⁻²⁵. *Deuteronomul. 26,* ⁶⁻⁸; *Judecătorii 3,* ⁹; *10,* ^{15, 16}; *1 Paralipomena 5,* ²⁰; *2 Paralipomena 15,* ⁴; *Neemia 9,* ²⁸. **Samuel.** *1 Regi 15,* ¹¹. **David.** *2 Regi 12,* ¹⁶; *24,* ^{14, 17}; *1 Paralipomena 21,* ^{13, 17}. **Iezechia.** *4 Regi 19,* ¹⁸⁻¹⁹; *Isaia 37,* ²⁰; *4 Regi 20,* ¹⁻³; *Isaia 38,* ¹⁻³. **Manase.** *2 Paralipomena 33,* ^{12, 13}. **Ezdra.** *Ezdra 9,* ⁵⁻¹⁵. **Neemia.** *Neemia 4,* ⁹; **Ieremia.** *Plângerile lui Ieremia cap. 3.* **Daniel.** *Daniel 9,* ¹⁶⁻¹⁸. **Iona.** *Iona 2,* ²⁻⁷. **Cananeanica.** *Matei 15,* ²²⁻²⁸. **Tatăl celui lunatic.** *Matei 17,* ^{14, 15}; *Luca 9,* ³⁸⁻⁴⁰. **Bartimeu.** *Marcu 10,* ⁴⁶⁻⁵². **Primii creștini.** *Faptele Apostolilor 12,* ⁵. **Pavel și Sila.** *Faptele Apostolilor 16,* ²⁵.

RUGĂCIUNEA PENTRU AJUTOR (vezi: Rugăciunea îndeplinită)

= e poruncită. *Efeseni 6,* ¹⁸; *1 Timotei 2,* ¹; *Iacob 5,* ¹⁴⁻¹⁶; *1 Ioan 5,* ¹⁶.

Rugăciunea pentru ajutor trebuie făcută:

pentru toți oamenii. *1 Timotei 2,* ¹.

pentru împărați. *Ezdra 6,* ¹⁰; *1 Timotei 2,* ².



pentru cei care sunt în înalte dregătorii. *1 Timotei* 2, 2.

pentru popor și patrie. *Numerii* 27, 15-17; *Deuteronomul* 9, 26-29; 26, 15; 3 *Regi* 8, 30-52; 1 *Paralipomena* 29, 18; *Psalmii* 27, 11; 73, 1, 2; 78, 8, 9; *Ieremia* 29, 7.

pentru compatrioți. *Neemia* 1, 6; *Romani* 10, 1.

pentru toată lumea. *Facerea* 20, 17; *Ieșirea* 9, 29; 10, 17, 17; *Numerii* 12, 13; 1 *Regi* 1, 17.

pentru familie. *Facerea* 32, 11; 2 *Regi* 7, 18, 25-29; 1 *Paralipomena* 17, 23-27.

pentru copii. *Facerea* 17, 18; 28, 3, 4; 2 *Ref* 12, 16; 1 *Paralipomena* 22, 12; 29, 19; *Matei* 15, 22; 19, 13.

pentru prieteni. *Facerea* 20, 17; *Iov* 42, 8, 10; 2 *Timotei* 1, 16, 18.

pentru credincioși. 2 *Paralipomena* 6, 41; *Psalmii* 9, 32; 35, 10; 39, 15; 69, 5; 124, 4; *Daniel* 2, 17, 18; *Faptele Apostolilor* 20, 32; 2 *Corinteni* 9, 14; *Efesenii* 6, 18; *Filipeni* 1, 3-5; 1 *Tesaloniceni* 3, 10-12; 2 *Tesaloniceni* 1, 11; 2 *Timotei* 1, 3, 4; *Filipeni* cap. 4; *Iacob* 5, 16.

pentru Biserică. *Psalmii* 121, 7, 9; *Daniel* 9, 16-19.

pentru păstori. *Psalmii* 131, 9; *Romani* 15, 30-32; 2 *Corinteni* 1, 11; *Efesenii* 6, 18-20; *Filipeni* 1, 19; *Colosenii* 4, 3; 1 *Tesaloniceni* 5, 25; 2 *Tesaloniceni* 3, 1, 2; *Evrei* 13, 18, 19.

pentru bolnavi. *Facerea* 20, 17; *Iacob* 5, 14, 16.



pentru cei întristați. *Psalmii* 142, ₇; *Faptele Apostolilor* 12, ₅; *2 Corinteni* 1, ₁₁; *Filipeni* 1, ₁₉; *Iacob* 5, ₁₄₋₁₆.

pentru păcătoși. *Facerea* 18, ₂₃₋₃₂; *Numerii* 14, ₁₉; *Neemia* 1, ₆; *Daniel* 9, ₁₆; *1 Ioan* 5, ₁₆.

pentru prigonitori. *Matei* 5, ₄₄; *Luca* 6, ₂₈; 23, ₃₄; *Faptele Apostolilor* 7, ₆₀; *1 Corinteni* 4, ₁₃.

pentru vrăjmași. *Psalmii* 34, ₁₃; 108, ₃; *Ieremia* 18, ₂₀.

pentru cei care ne părăsesc. *2 Timotei* 4, ₁₆.

pentru mântuirea neconvertiților. *Romani* 10, ₁.

pentru izbânda Evangheliei. *Matei* 9, ₃₈; *Luca* 10, ₂; *Faptele Apostolilor* 4, ₂₉; *Efesenii* 6, _{18, 19}; *Colosenii* 4, ₃; *2 Tesaloniceni* 3, ₁.

de preoți pentru popor. *1 Regi* 12, ₂₃; *Efesenii* 1, _{16, 17}; 3, ₁₄₋₁₉; *Filipeni* 1, ₄; *Colosenii* 1, _{3, 9}; 4, ₁₂; *1 Tesaloniceni* 1, ₂; *2 Tesaloniceni* 1, ₁₁.

Rugăciune pentru ca alții să fie auziți. *3 Regi* 8, ₂₉₋₅₂; *2 Paralipomena* 6, ₂₀₋₄₀; *Neemia* 1, ₁₁; *Psalmii* 19, ₁₋₄.

Încurajare în rugăciunea unuia pentru altul. *Iacob* 5, ₁₆; *1 Ioan* 5, ₁₆.

Necredințioșii cer rugăciunea credincioșilor. *Ieșirea* 8, ₈; 9, ₂₈; 10, ₁₇; *1 Regi* 7, ₈; *Ieremia* 37, ₃; *Faptele Apostolilor* 8, ₂₄.



Rugăciunea pentru cei nepocăiți nu e primită. *1 Regi* 16, ¹; *Ieremia* 7, ¹³⁻¹⁶; 11, ^{11, 14}; 14, ^{10, 11}; *Iezechiel* 14, ¹⁴⁻²⁰.

Hristos a dat exemplu de rugăciune. *Luca* 22, ³²; 23, ³⁴; *Ioan* 17, ⁹⁻²⁴.

Exemple: Iisus Hristos. *Ioan* cap. 17. Avraam. *Facerea* 18, ²³⁻³²; 20, ¹⁷. Eliezer. *Facerea* 24, ¹²⁻¹⁴. Isaac. *Facerea* 25, ²¹; 28, ¹⁻⁴. Moise. *Ieșirea* 32, ^{11-14, 30-32}; 34, ⁹; *Numerii* 11, ²; 12, ¹³; 14, ¹⁷⁻¹⁹; 21, ⁷; *Deuteronomul* 9, ^{19-20, 25-29}. Aaron. *Numerii* 16, ⁴⁶⁻⁴⁸. Samuel. *1 Regi* 7, ^{5, 9}; 12, ²³. Solomon.

3 Regi. 8, ³⁰⁻⁵². *2 Paralipomena* 6, ²¹⁻⁴². Elisei. *4 Regi* 4, ³³. Omul lui Dumnezeu. *3 Regi* 30, ¹⁸⁻²⁰. Isaia. *2 Paralipomena* 32, ²⁰. Ezdra. *Ezdra* 8, ²¹⁻²³; 10, ¹. Neemia. *Neemia* 1, ⁴⁻¹¹. Iov. *Iov* 42, ⁸. David. *2 Regi* 7, ¹⁸⁻²⁰; 12, ¹⁶; *1 Paralipomena* 17, ¹⁶⁻²⁷; 22, ¹²; 29, ¹⁹; *Psalmii* 24, ²³. Ieremia. *Ieremia* 18, ¹⁹; 42, ²⁻⁴. Iezechiel. *Iezechiel* 9, ⁸. Daniel. *Daniel* 9, ³⁻¹⁹. Ștefan. *Faptele Apostolilor* 7, ⁶⁰. Petru. *Faptele Apostolilor* 9, ⁴⁰. Petru și Ioan. *Faptele Apostolilor* 8, ¹⁵. Biserica Ierusalimului. *Faptele Apostolilor* 12, ^{5, 12}. Pavel. *Coloseni* 1, ⁹⁻¹²; *2 Tesaloniceni* 1, ¹¹; *Epafras*. *Coloseni* 4, ¹².

TIPOGRAFIA CĂRȚILOR BISERICEȘTI
Intrarea Miron Cristea nr. 6, 040162, București
Tel.: 021.335.21.29. 021.335.21.28. Fax: 021.335.19.00
E-mail: magazin@libriacartilorbisericesti.ro,
tipografia@patriarhia.ro, editura@patriarhia.ro
libriacartilorbisericesti.ro